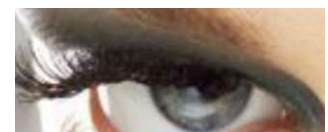


6/1/2011



*DIDIU
AMALIA
NICOLE
TA
COSM
ETICA
SI
MACHI
AJUL
PROFE
SIONA
L*



Ideală pentru trainerii in dom
c

" Fetiței
mele,
Laura
Isabela
Maria
o sursă
inepuiz
abilă de
inspirați
i și
bucurii"

Cuprins

***1. Ce este
cosmetica***

5

***2. Noțiuni
de igiena
si***

***protecția
muncii in
saloane. 7***

3. Determ inarea si important a cunosterii tipului de ten.....10
• Anato mia si histologia pielii....11
• Funcț iile pielii 12
• Inest etismele pielii....14
4. Criterii de clasificare a tenului 17
5. Tipuri de ten. .18
• Ten normal, endermic 18
• Ten uscat....19
• Ten gras 21
• Ten mixt 24
• Ten pletoric 25
• Ten casetic26

- **Ten
senil
(îmbatani
t) 26**
- **Ten
cuperozic
26**
- **Descr
ierea
cuperozei
27**
- **Preze
ntarea
pielii
sensibile
29**
- **Preze
ntarea
pielii
pretențioa
se 30**
- **Ten
acneeic 30**
- **Pe
scurt
despre
rozacee 33**
- 6. Tenul
bărbaților
45**
- 7. îngrijir
ea tenului
la bărbați
46**
- 8. Leziuni
elementar
e ale pielii
48**

9. Culoarea si aspectul tenului. 49
10. Factori care provoaca imbatranirea pielii 50
• Descrierea ridurilor, principalele tipuri de riduri 51
11. Produse cosmetice antirid..56
12..Procesele ce stau la baza unui tratament cosmetic 57
13..Aparate folosite in cosmetica 60
14....Plan de diagnoza 64
15. Chimia cosmetica 65

16. Produsele cosmetice necesare unui tratament cosmetica l 66

17.....Fisa clientei 67

18..Schema de tratament completă pentru ten gras si ten uscat sensibil 68

19. Importanta cremei in cosmetica 71

20. Loțiuni le 73

21.Peelingul – clasificarea peelingurilor.....74

22.Măștile cosmetice 76

• Clasificarea măștilor 78

23. Precedee de

***extracție
a
principiilor
active
din plante
și legume
82
24. Cum se
păstrează
calitatea
pielei în
funcție de
vârstă...83
25.. Penetr
area
produselor
în piele
84
26.. Derma
to-
preparate
folosite în
cosmetică
. 85
27.. Derma
titele....87
28. Import
anța
compreselor
în
cosmetică
92
29...Cu ce
se
îngrijește
pielea...92
30. Tratam
entele cu
hidroxiaci
zi 95***

**31. Efectul
fiolelor
asupra
tenului. 96**
**32. Ingredi
entele
antiinflam
atoare cu
efect
calmant97**
**33.. Rolul
vitaminelo
r în
functionar
ea
normală a
organism
ului....101**
**34.. Amino
acizii. .105**
**35. Deshid
ratarea ca
fenomen
106**
**36.. Fenom
enul de
hiperpigm
entație
107**
**37. Influen
ța
hormonilo
r asupra
pielii. .108**
**38.. Descri
erea
procesului
de
tonifiere
109**

**39. Mușchi
i mimicii
și
acțiunea
lor.....116**
**40.. Descri
erea
operațiuni
i de
vopsire
119**
**41.. Descri
erea
operațiuni
i de
pensat 120**
**42. Machia
jul123**
**43. Machia
jul
corector
144**
**44.. Descri
erea
operațiuni
i de epilat
150**
**45. Materii
prime. 154**
**46. Extract
e
biovegetal
e si
Fitohormo
ni 157**
**47. Cosmet
ica cu
ajutorul
fructelor
si**

***legumelor
. 158
48. Plante,
legume si
fructe
folosite in
cosmetică
160
49.Mici
secrete
pentru
fete....167
50. Testeaz
ă-ți
cunoștinț
ele.....175
51...Terme
ni de
specialitat
e 182
Scurtă
descriere***

Ceea ce
acum este
o carte,
pentru
mine am
vrut sa fie
o culegere
de
informații.
Cosmetica
a evoluat
foarte mult
de-a lungul
timpului si
nu se va
opri
niciodata
in loc. Sunt
sigură ca
in curând
vor mai
apărea noi

produse revoluționare în cosmetică, dar principiile de bază ale cosmeticii vor rămâne aceleași.

Eu aveam nevoie de informații, erau întrebări la care nu aveam răspunsuri și am început să "scormonesc trecutul" cosmeticii. Comparând cu informațiile pe care le aveam în prezent, nu erau foarte multe diferențe, ba chiar în cartile vechi de cosmetică am găsit unele informații pe care eu le consider vitale în cosmetică în special

pentru cele
ce doresc
să prepare
produsele
cosmetice
proaspete
si poate
chiar
personaliz
ate pentru
tipul de
ten pe care
il
întâlnesc.
De cand
lumea si
Pamantul
se stie ca
plantele,
legumele,
fructele,
produsele
lactate cât
si cele
apicole fac
minuni in
sanatate și
in
cosmetică
dar din
păcate noi
nu avem
un punct
de reper,
de unde să
plecăm și
ce să
căutăm
pentru a
ne rezolva
problemele
tenului, si
ale
corpului,
de ce nu!!!
Imi
ghidez

viața după
un motto "
Ce ție nu-ți
place
altuia nu-i
face",
știind că și
reversal
este că se
poate de
real, am
gândit, că
poate ceea
ce mie îmi
place și îmi
doresc să
găsesc
într-o carte
cu și
despre
cosmetică
își doresc
și alte
persoane,
așa că,
dacă am
posibilitate
a și
cunoștințele
necesare,
de ce nu?
Am cules
informații
de peste
tot, am
trecut și
din
experiența
mea și uite
așa a prins
contur
cartea "
Cosmetica
și
Machiajul
Profesional
".

"
Cosmetica
și
Machiajul
Profesional
" este o
carte in
care vei
gasi
informatiil
e necesare
pentru a
păși in
lumea
frumuseții
si a
culorilor
căci aici
vei găsi
atât
informații
despre
cum poți
ingriji un
ten in
funcție de
tipul lui
cât si
rețete de
loțiuni,
gomaje și
măști
pentru
fiecare tip
de ten in
parte,și ce
recomandă
ri poți face
unui client
in funcție
de tipul
tenului si
problemele
pe care le
prezintă
tenul.
Dorești să

execuți un machiaj profesional dar nu știi cum? Aici vei găsi toate informațiile necesare pentru a intra în lumea culorilor cu încredere.

Cartea cuprinde detalii de anatomie (descrierea pielii cu funcțiile și anexele ei, descrierea mușchilor feței și a ridurilor), machiaj, epilare cu ceară de unică folosință și tradițională și imagini cu diferite afecțiuni ale pielii. Imaginile te vor ajuta să intri în lumea cosmeticii și să înțelegi care sunt și cum

arată
anumite
afecțiuni
ale pielii,
vei
descoperi
cum să
identifici și
să tratezi
afecțiunile
tenului.

Știi că
vitaminele,
aminoacizii
si hidrox-
acizii sunt
elemente
esențiale
in
menținere
a unui ten
curat,
tanăr si
sănătos?
Aici vei
gasi
informații
despre
rolul lor,
unde pot fi
gasite si
cum le poti
folosi in
cosmetică.
Si pentru a
completa
tabloul am
adăugat
informații
și rețete
din plante,
fructe,
legume,
produse
lactate si
produse
apicole

utilizate in
cosmetică.

Această
carte se
adresează
in special
persoanelo
r care
doresc să
practice
această
meserie, in
carte
regăsindu-
se
informații
si noțiuni
de igiena
in saloane,
dar poate
fi utilă
oricărei
femei care
doreste să
se
ingrijească
acasă. Și
pentru a-ți
testa
cunoștințel
e la finalul
cartii am
adăugat un
chestionar
de 112
intrebări
din
conținutul
cărții.

**CAPITOL 1. Ce
este
cosmetic
a sau
cosmetol
ogia**

Știința
care se

ocupă de
arta
îngrijirii
feței și a
corpului,
de
înfrumuse
țarea
acestora,
cu
ajutorul
unor
preparate
și
tratament
e
speciale,
este
numită
**cosmetol
ogie** sau
**cosmetic
ă.**

**Cosme
tica** are
ca
obiectiv
îngrijirea
estetică a
feței și
corpului,
dar ea
poate
determina
îmbunătăț
irea stării
fiziologice
îmbunătăț
irea
tonusului
vital.

Din
cele mai
vechi
timpuri și

până
astăzi,
**păstrarea
tinereții
și a
frumuseț
tii** a fost
unul
dintre
cele mai
fascinante
visuri ale
omului.
Persoana
care
deține
dreptul de
a profesa
cosmetolo
gia se
numește
cosmetolo
gist. Un
cosmetolo
gist,
numit
deseori
cosmetici
an sau
estetician,
specialist
în
industria
frumuseții
, este
lucrătorul
specializa
t în a oferi
tratament
e de
înfrumuse
țare.
În
general,

un
cosmetolo
g este un
specialist
în toate
formele
de
îngrijire a
frumuseții
părului și
poate
oferi
tratament
e faciale,
ale pielii,
în
general, și
ale
unghiilor,
precum și
tratament
e
corporale.
Aceste
tratament
e le sunt
oferite,
deopotriv
ă,
bărbaților
și
femeilor.

Nivelul
actual al
civilizației
a dus la o
creștere
continuă a
performan
țelor
estetice,
datorită
creșterii
exigențelo
r

societății față de modul de prezentare a profesioniștilor din multe domenii, dar și prin creșterea duratei de viață.

Cosmeticienii de azi vor ajuta clienții să prevină și să atenueze semnele îmbătrânirii, atât prin aplicarea de tratamente cosmetice, prin atitudine pozitivă cât și prin permanenta menținere în contact cu noutățile din domeniu.

Una dintre cele mai vechi

profesii
din lume a
fost
vindecare
a bolilor
cu
ajutorul
plantelor
medicinal
e, iar cel
mai vechi
document
care
atestă
aceasta
preocupar
e este
papyrusul
din Abbas,
care
datează
din
secolul al
XVI-lea î.
Ch.

Acest
papyrus
cuprinde
câteva
sute de
rețete
pentru
leacuri și
substanțe
folosite
pentru
întreținer
e și
înfrumuse
țare.
Printre
altele, se
găsește
aici rețeta
unui

produs
antirid,
care are
la bază
seul de
oaie,
semințe
de pin,
ulei de
susan,
lapte de
capră și
ceară de
albine.

Încă
din
antichitat
e, oamenii
au început
să caute
mijloace
pentru a
îndepărta
celulele
moarte
ale pielii
și a
înlătura
efectele
suprapig
mentării.

**Curăța
rea și
hidratare
a tenului**
în
condițiile
climei
calde și
uscate din
Orient
constituia
u
elementel
e de bază

ale
igienei.

În
Israel,
unul din
fructele
cele mai
des
folosite în
cosmetică
era rodia,
urmată de
lavandă și
frunzele
de
scorțișoar
ă, despre
care se
spunea că
remediau
orice
problemă
a tenului.

Sursa
celor mai
multe și
mai
valoroase
materii
prime
folosite în
cosmetică
în această
perioadă
era Marea
Moartă.
În Egiptul
Antic erau
folosite
produse
speciale
pentru
spălarea
corpului,
amestecur

i de argilă
și cenușă
pentru
îndepărta
rea
grăsimii și
catifelare
a pielii.

În ceea
ce
privește
Orientul
Îndepărta
t, este
cunoscut
faptul că
multe
dintre
plantele și
tehnicile
de
înfrumuse
țare
folosite în
Europa au
fost aduse
de
negustori
din
Japonia,
China,
India sau
Persia.

De
exemplu,
celebrele
băi
japoneze
sunt cu
câteva
secole
mai vechi
decât
termele
romane.

Din China și India au venit numeroase balsamuri, extracte vegetale sau esențe, ca ambra sau chiparosul. Moscul și apa de trandafiri provin din Persia, iar de la isteții chinezi avem lacul de unghii, de păr sau rimelul. Vechii greci cunoșteau și foloseau pudra de față, rujul și unguentele pentru îndepărtarea părului nedorit. Lor le datorăm masajul și folosirea

exercițiilor
fizice
pentru
menținere
a unui
corp
sănătos și
frumos.

Cuvântul
cosmetic
derivă
din
greaca
antică, în
care el
are
înțelesuri
multiple:
kosmetico
s este un
adjectiv
care se
referă la
podoabă;
kosmetike
este arta
de a-ți
face
toaleta,
arta
înfrumuse
țării.

În Evul
Mediu,
din cauza
interdicțiilor
or impuse
de
Biserică,
frumusețe
a fizică și-
a pierdut
importanță
a, astfel
încât și

cosmetica
a regresat
în această
perioadă.

În
timpul
Renaşterii
se
produce
un
fenomen
foarte
interesant
: se revine
la cultul
frumosulu
i, dar se
pierde
orice
interes
pentru
igiena
elementar
ă a
corpului,
spălarea
zilnică
fiind
înlocuită
cu
folosirea
măştilor
hrănitoare
, în timp
ce
semnele
de vărsat
de vânt
sau
eczemele
erau
acoperite
cu aluniţe
artificiale.

La sfârșitul secolului al XIX-lea, oamenii au devenit iar preocupați de igienă. A revenit și preocuparea pentru **cosmetică și înfrumusețare.**

Preparatele cosmetice, mai ales cele pentru îngrijirea părului, se obțineau în farmacii și în frizerii. Prepararea lor era, mai ales, o artă casnică sau ținea cel mult de domeniul artizanatului, practică în întreprinderi

individual
e.

La
fiecare
popor, pe
lângă
aceste
influențe
din afară,
se
practica și
o serie de
procedee
cosmetice
e,
tradițional
e. Astfel,
și la
populația
noastră
de la țară
există
anumite
obiceiuri
și tradiții
cosmetice
în privința
preparării
și folosirii
unor alifii,
rumeneli,
ape de
față etc.

Înainte
de primul
Război
Mondial,
îmbunătăț
irea
calității
produselo
r
cosmetice
, dar și
prezentar

ea lor
simplificat
ă, a dus la
o mai
bună
primire a
lor și la o
creștere a
cererii.
Industria
cosmetică
a fost
astfel
direcționa
tă spre
stadiul ei
actual.

Ca
știință
organizat
ă, la un
nivel
superior,
știința
cosmeticii

,
cosmetolo
gia
datează
din 1895,
cand a
fost
predat
pentru
prima
oară la o
școală
superioar
ă studiul
despre
"folosirea
preparatel
or
cosmetice

pentru îngrijirea pielii și a părului". Ulterior, studiul ei s-a extins rapid, în special după 1922, în nenumărate școli oficiale și particulare, dar și în învățământul universitar tehnic și medical.

Cosmetologia modernă tratează, modelează și înfrumusețează, asigurând frumusețea corpului omenesc, și în special a pielii.

CAPITOL 2. Noțiuni de igienă și protecția muncii în saloane

Spațiile de desfășurare a activității în saloanele de înfrumusețare trebuie să respecte anumite prevederi privind normele de igienă și protecția muncii. Activitățile desfășurate în saloane sunt următoarele :

- *Tratamente și masaje cosmetice*
- *Epilare*
- *Manichiură-pedichiură*
- *Coafură și frizerie*

Pentru aceste activități trebuie să existe incinte separate. Saloanele pot fi comasate sau specializate pe anumite activități. În sala de lucru avem nevoie de :

- *Patul de cosmetică*
- *Scaun*
- *Combina cu mai multe funcții ale aparatelor*
- *Lupa, pentru luminozitate și analiza tenului*
- *Dulăpiorul pentru preparate*

*le
cosmetice*

•

*Decantor
ul de
ceară
tradiționa
l*

•

*Aparatul
cu ceară
de unică
folosință*

•

*Măsuța
de lucru*

Saloan
ele de
cosmetică
sunt
formate
din cel
puțin
două săli :

-
salonul de
așteptare;

-
salonul de
cosmetică

·
Salonul
de
așteptare
trebuie să
cuprindă:
două
fotolii,
reviste de
specialitat
e,
televizor,

apă,
răcoritoare,
cafea,
pentru ca
ambianța
plăcută să
te
întâmpine
încă de la
început.
Totodată,
existența
unei
toailete
este
indispensabilă.

Salonul
de
cosmetică
este
recomandat să aibă
peste 12
mp și să
cuprindă
următoarele
utilități:
gresie,
chiuvetă,
sistem de
ventilație,
pereți
luminoși,
două
paturi
(unul
pentru
tratament
cosmetică
l, altul
pentru
epilat),
dulapuri
suspendate

(cu materiale necesare păstrate în deplină igienă), frigider pentru păstrarea cremelor și fructelor, prosoape, cearceafuri, papuci și halate pentru clientele, toate de unică folosință, un ambient plăcut datorat aromoterapiei și muzicii ambientale. Aspectul tenului cosmeticii constituie un indiciu pozitiv la prima vedere pentru clientă, elementele caracteristice ce o

determină
să fie un
model de
prezență
și de bun
gust fiind
reprezent
ate prin
îmbrăcăm
inte,
coafură,
aspectul
tenului,
machiaj,
înfățișare
în
general.
În timpul
activității,
este
foarte
important
să se
simtă
siguranța
cosmetici
enei în tot
ceea ce
face,
respectân
du-se
normele
de igienă
în cadrul
salonului:
materiale
e folosite
la o
cliența
(dischete,
pansamen
te,
bureței,
prosoape)
să fie de

unică
folosință
sau să fie
dezinfec-
te și
sterilizate

· Ustensile și consumabile
necesare:
dischete,
forfecuță,
pensete,
boluri
pentru
preparare
a măștilor,
boluri
pentru
preparare
a
vopselelor
, pensule
de diferite
mărimi,
vopsea și
oxidantul
adecvat
(3%),
bureți
celuloză,
șervețele
dezinfec-
tante pentru
extragere
a
comedoan-
elor,
pansamen-
te sterile
sau
șervețele

de unică
folosință,
bețișoare
cu vată,
pudră și
cremă
baneocin,
geluri
anti-
inflamato
are
folosite
după
extracția
comedoan
elor.

**Gama de
produse**

- *de
machiant*

- *lo
țiune
tonică*

- *cr
eme
scrub sau
peeling*

- *m
ască*

- *cr
emă
hidratant
ă cu*

- factor de
protecție*

- *fio
le cu*

- extracte
diferite
(colagen,
elastină,
alfahidroxi*

iacizi
AHA)

- *fio*
le pentru
depigmen
tare

- *ac*
e de unică
folosință

- *ex*
tractor
comedoni
an

**Norme
igienico-
sanitare
legate de
activitate
a
tratamen
telor
cosmetic
e**

Instalaț
iile
electrice
și
aparatura
vor fi bine
controlate
periodic
de către
tehnicieni
autorizați.
Este
obligatori
u un
echipame
nt
corespunz
ător
pentru
cosmetici
ană (halat

alb,
tricou,
pantaloni)
. Nu se
poartă
obiecte
tăioase în
buzunarul
echipame
ntului de
protecție.
Toate
produsele
cosmetice
trebuie
păstrate
în
ambalaje
închise,
curate,
etichetate
corespunz
ător și
având
certificate
de
calitate.
Produs
ele
cosmetice
se
utilizează
folosind
anumite
spatule
din plastic
sau lemn.
Se
respectă
termenul
de
valabilitat
e de pe
ambalaj.

Pentru buna funcționare a salonului de cosmetică se va face asigurare a materialelor or cosmetice necesare activității zilnice.

Alegere a, spălarea și curățarea produselor vegetale proaspete se face cu grijă.

Amplasarea materialelor or și ustensilelor se face în mod ergonomic.

Prepararea produselor cosmetice specifice se face pentru fiecare client, în funcție de tipul de

ten
corespunz
ător
momentul
ui
aplicării
procedurii
cosmetice

· Prepar
area
produselo
r
cosmetice
specifice
se
realizează
cu
ustensile
speciale,
conform
rețetelor
consacrat
e, și în
cantități
corespunz
ătoare.

Exempl
e de
produse
cosmetice
specifice:
infuzii,
măști,
produse
de gomaj,
vopsele
de gene și
sprâncene
, produse
de epilat.

Exempl
e de
ustensile
speciale
(mojar de
pistil,

pahare de
laborator,
tăvițe
renale,
vase
emailate).

Exempl
e de
materiale
folosite în
salonul de
cosmetică

:

- *Col
dcreme:
pe bază
de ceară,
trietenola
mină,
colesterol*

*,
excipienți
sintetici.*

- *Un
guente cu
stearați:
cu săruri
de sodiu,
potasiu,
trietanola
mină.*

- *Cre
me acide:
cu acid
lactic, cu
sucuri de
fructe,
din acizi
organici,
sucuri de
legume.*

- *Cre
me
demachia
nte:
fluide,
emulsii
A/U și*

*U/A,
vaselină
hidrofiliza
tă.*

- *Cre
me
nutritive
și
revitaliza
nte: cu
vitamine,
produse
apicole,
grăsimi
animale,
biostimul
atori.*

- *Cre
me
hidratant
e: cu
ceară
Lanette
N, cu
emulgator
i ionogeni
și
neionoge
ni.*

**Aprovi
zionarea
cu
material
e
specifice**

Aproviz
ionarea se
face în
funcție de
volumul
de
activitate
estimat
pentru o
anumită
perioadă
de timp.

Aprovizionarea produselor alimentare se face ritmic, pentru a păstra calitatea acestora.

Aprovizionarea preparatelor farmaceutice, a plantelor medicinale, produselor cosmetice se face pentru o perioadă ce corespunde cu încadrarea în termenul de valabilitate.

Aprovizionarea fardurilor se realizează în game coloristice corespunzătoare cerințelor.

Depozit
area și
păstrarea
materialel
or
cosmetice
se face
corespunz
ător
specificați
ilor
fiecărui
tip de
produs.

Se va
face
etichetare
a
materialel
or
cosmetice
pentru
identificar
ea lor cu
ușurință.

Păstrar
ea
materialel
or
cosmetice
se face în
locuri
corespunz
ătoare,
bine
organizat
e,
inscripțio
nate
corect în
condiții de
siguranță.

**Exemp
le de
material
e
specifice:**

- alime
ntare (ex.:
amidon,
fructe,
ouă,
lapte)
- farma
ceutice
(ex.:
caolin,
talc,
loțiuni
unguente)
- apicol
e (ex.:
miere,
polen,
ceară)
- auxili
are (ex.:
vată,
pansamen
te sterile)

**La
operațiu
nea de
epilat
trebuie
să se
respecte
următoar
ele:**

- *Operați
unea
cu
ceară
tradițio
nală:
spatule
le din
lemn
trebuie
spălate
,
dezinfe
ctate*

*după
fiecare
operați
une*
• *Se
impune
folosirea
mănușilor
de unică
folosință*
• *Se
controlea
ză ceara
să fie bine
temperată*
• *Se
controlea
ză
calitatea
amestecul
ui cerat*
• *La
ceara de
unică
folosință
se verifică
starea
flacoanelo
r de ceară*
• *Dezi
nfectăm
aplicatoar
ele după
fiecare
client*
• *Se
verifică și
se
urmărește
calitatea*

stripsurilor (rolelor)

- *Este indicat ă folosirea dezinfectanților și uleiurilor speciale înainte și după epilare (geluri mentolate după epilare, în special pentru pielea grasă)*

Noțiuni

i de igienă pentru machiaj

- *Pentru fiecare client se folosește câte un burete sau aplicator de unică folosință ă*

- *Pensulele vor fi spălate și dezinfectate după fiecare client*
 - *Creioanele pentru ochi și buze vor fi verificate și ascuțite după fiecare client*
- CAPITOL 3.**

Determinarea și importanța cunoașterii tipului de ten

Este important să cunoaștem tipul de ten pentru a stabili corect schema de tratament și produsele cosmetice pe care le folosim. Determinarea

naturii
tenului se
face după
operațiun
ea de
demachie
re și
loționare.
Determ
inarea
naturii
tenului o
putem
face fie cu
ajutorul
lupei, fie
cu o foiță
sau o
rondelă
de hârtie
de filtru,
pe care o
aplicăm
pe față și
apoi o
privim în
zare,
existența
petelor de
grăsime
indicându-
ne un ten
gras. O
indicație
privind
natura
tenului o
putem
obține cu
ajutorul
unui
creion
(dermatog
raf), dacă
vom trage
cu partea
neascuțită
câteva
linii pe
piele,

apăsând
ușor. În
cazul
când
traseul se
înroșește,
avem de-a
face cu un
ten
sensibil;
înroșirea
deasupra
liniei
indică un
ten gras,
iar dacă
se
observă o
adâncitură
este
vorba de o
piele
uscată;
tenul
normal nu
prezintă
nici o
reacție.

Într-un
salon
cosmetic,
determina
rea
naturii
tenului se
realizează
prin
examinare
a tenului
la lumina
lupei,
stabilindu
-se vizual
imperfecți
unile
pielii,
forma
feței,

relieful
ridurilor
(superfici
ale sau de
profundim
e). Prin
palpare se
determină
rezistența
pielii,
elasticitat
ea,
grosimea,
tonicitate
a și
gradul de
hidratare
al pielii.
Palparea
poate fi
superficial
ă sau
profundă.

Anatomi a și histolo gia pielii

Pielea
este un
organ
conjunctiv
o-epitelial
care
îmbracă
corpul în
întregime,
cu
excepția
orificiilor
naturale
(nas,
gură,
uretră,
vagin,

anus),
unde rolul
de înveliș
este luat
de
submucoa
se și
mucoase.

Aspectul morfologic al pielii

Culoarea
pielii
variază
în
funcție
de
rasă,
sex,
vârstă
și
regiuni.

- *Culoarea proprie pielii, galbenă, este datorată stratului cornos, keratină*

- *Culoarea albă este datorată keratohialinei - substanța care se găsește în epider*

*mă, și
anume
în
stratul
granulo
s*

- *Culoar
ea brun
închisă
este
datorat
ă
melani
nei,
pigmen
tul
pielii*
- *Culoar
ea
roșie
este
datorat
ă
sânger
ui din
rețeaua
sangu
nă a
dermul
ui*
- *Culoar
ea roz
apare
atunci
când
toti
pigmen
ții
activea
ză în*

mod
egal.
Histologi
a pielii
 Pielea se
 compu
 ne din
 trei
 straturi
 :
 epider
 ma,
 dermul
 și
 hipoder
 mul.
 • Epider
 ma -
 este
 formată
 din 2
 zone
 (pături)
 :
 -
 pătura
 cornoasă,
 formată
 din celule
 moarte și
 turtite
 -
 pătura
 formată
 din celule
 epiteliale
 • Derma
 - se află
 sub
 epider
 mă și
 este un
 strat
 mai
 gros;

este alimentată în permanență cu sânge; are și un țesut conjunctiv și este formată dintr-o rețea de fibre elastice, datorită cărora pielea se întinde și se destinde; în dermă se întâlnesc două substanțe fundamentale: colagen și elastină, dispuse sub forma de rețea. Pielea are culoarea roz-gălbuie și variază în funcție de vârstă și pigment (care se

mai
numește
și
melanină)

.

•

Hipoderm
a - se află
sub
dermă și
unește
pielea cu
mușchii;
ea este
colorată
cu
pigmenți
alb, roșu,
negru,
galben,
care
imprimă
culoarea
pielii.

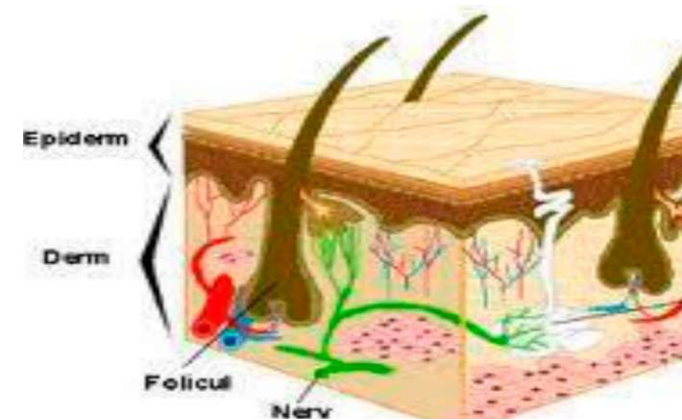
Funcțiile pielii

✓
*îndeplinește
un rol
important
în
menținerea
sănătății,
constituind
un înveliș
protector
împotriva
mediului*

✓

*Pielea
sănătoasă
, intactă
și curată
este ușor
acidă,
având un
ph între
5.5-6*

✓



PIELE
NORMALĂ
fig. 1

Anexele pielii:

Anexele cutanate sunt reprezentate de fanerele și glandele pielii.

Pielea joacă rol în termoreglare, în menținerea temperaturii. Datorită terminațiilor nervoase, ea este un organ de simț care recepționează senzațiile de durere, frig, căldură. La frig vasele sanguine se contractă, iar la căldură se dilată și pielea se înroșește. Pielea respiră,

*absoarbe
oxigen,
absoarbe
din exterior
apă,
grăsimi
vegetale și
animale.*

Fanere

le:

Fanerele
sunt
organe
anexe ale
pielii
diferențiat
e la
suprafața
ei, cu
funcție de
apărare a
organism
ului, fiind
prezente
la om sub
forma
unghiilor
și a
părului.

Unghi

a -

(unguis)
este
formată
dintr-o
lamă
cornoasă
dură,
distală,
numită
corpul
unghiei
(corpus
unguis),
alcătuit
din limbul
și patul

unghial și
o rădăcină
(radix
unguis),
situată
proximal,
corespunz
ând părții
acoperite
de un
repliu
cutanat,
numit
plica
supraung
hială, care
se
prelunges
te pe
laturile
unghiei.
Plica
acoperă
lunula,
porțiunea
roză,
palidă,
semilunar
ă a
corpului,
care în
profundim
e se
continuă
cu
rădăcina.

**Lama
unghială**
e formată
dintr-o
porțiune
superficial
ă dură și
un strat

profund
moale.
Stratul
dur este
regenerat
de
matricea
unghială
(porțiunea
cea mai
profundă
a
rădăcinei)
, în timp
ce stratul
moale ia
naștere
prin
cornificar
ea
celulelor
patului
unghial,
pe care
zace
unghia.
Sub
marginea
liberă a
unghiei se
găsește
șanțul
subunghia
l, la
nivelul
căruia
epidermul
, cu
stratul
său
cornos, se
continuă
cu unghia,

formând
hiponichiu
m-ul.
Limbul
unghiei
este
unghia
propriu-
zisă și
este
format din
celule
solzoase,
cheratiniz
ate. Cele
de la
suprafața
limbului
se
continuă
la nivelul
plicii
supraung
hiale, cu
stratul
cornos al
epidermul
ui
formând
eponichiu
m
(perionix).

Părul -

Firul de
păr este
alcătuit
din două
părți: una
externă,
vizibilă,
liberă,
numită
tulpină
sau tijă, și

o parte
ascunsă
profund în
derm,
numită
folicul
pilosebaceu sau
rădăcină
(radix
pili).
Ultima se
termină
printr-o
parte
umflată ca
o
măciucă,
numită
bulb al
părului
(bulbi pili)
-
creșterea
părului se
produce
în
regiunea
bulbului.
Bulbul, în
partea sa
cea mai
profundă,
prezintă o
scobitură
în care
pătrunde
papila
dermică
nutritivă a
părului,
intens
vascularizată.

Culoare
a firelor
de păr
este
diferită:
blondă,
roșie,
castanie,
neagră.
Ea este
determina
tă de un
pigment
brun-
grăunțos
sau
roșiatic,
care se
formează
în bulb.
Părul alb
al
senectuții
se
datorește
pătrunder
ii aerului
în tijă.

Tija -
se
dezvoltă
din
epiderm
și este
cornasă,
flexibilă,
elastică,
groasă
între
0,006-0,6
mm, cu
lungimea
care
variază
între

câțiva milimetri și până la peste un metru. Lungimea și densitatea variază regional și este legată de sex, pilozitatea fiind mai accentuată în regiunea capului, pe față la bărbat, în axile, în regiunea pubiană, pe torace și abdomen (la bărbat).

Foliculul pilosebaceu - reprezintă o invaginație în profunzimea a pielii, care, prin vârful său, ajunge până în

hipoderm.
El conține
firul de
păr și are
anexate
glanda
sebacee și
o fibră
musculară
netedă,
mușchiul
piloerecto
r.

**Glanda
sebacee:**

glanda
sebacee
este
glanda
acinoasa
(în
ciorchină)
. Ea este o
glandă
holocrină,
sebumul
secretat
luând
naștere
prin
degeneres
cența
groasă a
celulelor
care
căptușesc
pereții
glandei.
În
regiunile
numite
seboreice
(nas,
frunte,

menton,
ureche,
medioster
nal etc.)
aceste
glande
sunt
hipertrofi
ate,
conferind
regiunilor
respective
o
onctuozita
te și o
reactivitat
e
particular
ă.
Funcția
acestor
glande
este
endocrino
-
dependen
tă
(sistemul
hipofizo-
steroidic
cortico-
suprarena
l și
sexual).
Ele
secretă
grăsimea
pielii,
care unge
stratul
cornificat
al
epidermu
sului și
părul, le

apără de apă, microorganisme, înmoaie pielea. Canalele glandelor sebacee se deschid de obicei în sacii pielosi.

Glandele

sudoripare:

sunt tubulare, fiind terminate cu un glomerul secretor. Ele sunt de două tipuri: glandele ecrine mai mici, dispuse aproape pe toată suprafața corpului, și care se deschid direct la suprafața epidermului prin pori și glandele apocrine,

mult mai
mari,
dispuse
numai la
nivelul
axelor, în
jurul
mamelonu
lui și la
perineu.
Glandele
ecrine
elimină
produsul
fără a
modifica
structura
celulelor,
care
rămân
intacte:
sudoarea
elaborată
de ele
este
apoasă și
bogată în
săruri, cu
un pH
acid, fără
conținut
proteic
sau părți
din
celulele
secretant
e.
Glandele
apocrine
sunt
merocrine
: secreția
lor rezultă

în parte
din
eliminare
a unei
părți din
celulele
secretant
e. Ele
intră în
funcție
după
pubertate,
fapt ce
arată
endocrino
-
dependen
ța lor. Ele
se varsă
în
infundibul
ul
folicular,
sudoarea
lor este
mai
vâscoasă,
mai
bogată în
proteine
și are un
pH
neutru,
ceea ce
explică
infecția
lor
frecventă.
Glandele
sudoripar
e secretă
sudoarea,
care

conține
mari
cantități
de apă și,
evaporând
-o
reglează
astfel
temperatu
ra
corpului.
În afară
de apă,
sudoarea
conține
produsele
metabolis
mului
azotat
(ureea) și
diferite
săruri.
**Inestetis
mele
pielii**
a) De
natură
pigme
ntară
• **Nevii**
pigme
ntari
sau
alunițe
le -
sunt
excresc
ențe
maronii

,
alcătuit
e din
celule
epitelia
le care

cresc în adâncime și se impregnează odata cu vârsta; se întâlnesc pe piele în diferite zone.

- **Pistruii sau efelidele** - acumulări de pigment, care se intensifică mai mult în sezonul cald, sub influența razelor UV
- **Cloasma** - masca gravidei, localizată în zona geniană, bărbie.
- **Verugile sau negii** -

excreșcențe papilare ce apar și pe palme, la degete, mai rar pe față, și care apar din cauza unui virus. Se tratează de către dermatolog.

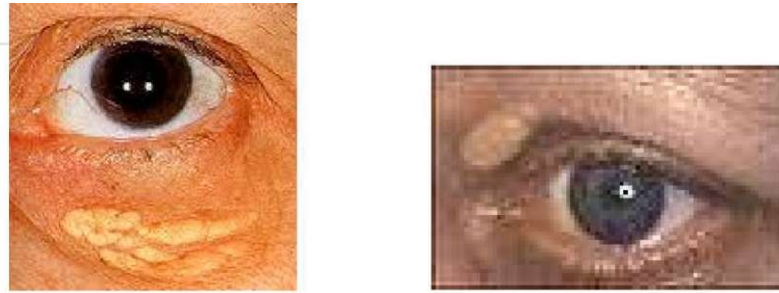
- **Gradul de hiperpigmentație sau pigmentația datorată îmbătrânirii.**

Xantelasma

- acumularea de grăsime sub formă unor puncte albe-gălbui, care apar întotdeauna în jurul ochilor, în special pe

pleoapa
superioară,
aproape de
baza
nasului.
(fig. 2

fig. 2



) **b) De natură vasculară**

- **Nevii roșiatici, vasculari** - care pot fi congenitali sau dobândiți; sunt puncte mici, roșii, formate din vase de sânge, putând să apară pe orice regiune a pielii.
- **Eritemul facial** - care poate fi localizat frontal, genian, bărbie. Poate apărea sub influența unei stări emoționale, din cauza razelor solare sau frigului (factorilor atmosferici); poate duce la elitroza rozacee - rezultând apoi cuperoza
- **Elitroza facială** - roșeață difuză, permanentă, se deosebește de eritem; instalarea ei poate avea loc la pubertate, la unele persoane, sau în diverse etape ale vieții.
- **Cuperoza**

- 1 - cuperoza propriu-zisă - când se poate vedea desenul vascular, sub forma unor linii roșii.

- **Chistul sebaceu** - se întâlnește în special la tenul gras, asifxic, formându-
- 2 - cuperoza însoțită de elitroză - care este cea mai frecventă și apare pe un fond eritematos; colorația zonală a pielii poate deveni violacee ca urmare a stagnării sângelui, ducând la forma de talangectazie.

c) De alte origini

- **Millium** - chist epidermic de culoare albă care apare în jurul zonei oculare și pe pomeți, format din adunări de colesterol; poate fi plan sau reliefat; se extrag cu ace de unică folosință. (fig. 3)

fig. 3



se la baza orificiului polisebaceu. Este format din colesterol, celule keratinizate intrate pe canalul pilos; poate să apară sub formă nodulară sau plană.

- **Comedonul sau punctul negru** - dopuri de sebum care oxidează în contact cu aerul, devenind negre sau brune; apar în special pe aripile nasului, zona bărbiei, zona geniană și frontală. Apar ca urmare a activității intense a glandelor sebacee care se localizează în orificiile polisebacee. Porii pot fi mici, medii și mari.

Mici = ten uscat, normal

Medii = ten mixt

Mari = ten gras, seboreic, pletoric

Comedon închistat (în adâncul porului)

Comedon păstos (ten gras, seboreic)

Nodul chistic

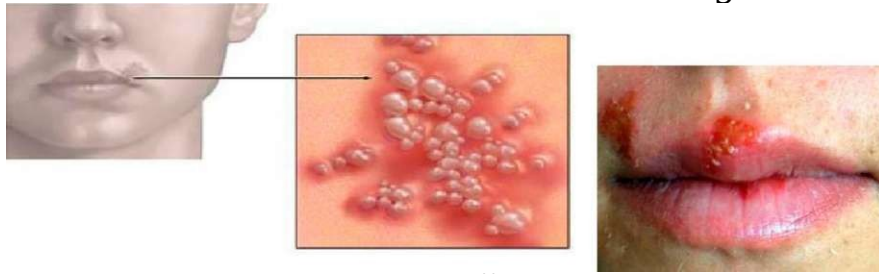
- **Coșurile** - urmare a netratării la timp a comedoanelor sau a extragerii lor neigienic.
- **Vitiligo** - pete albe care apar pe zonele descoperite, în special spre inserția firului de păr, apar din lipsă de pigment și pe sistem nervos. (fig.4)



fig. 4

- **Gradul de pilozitate(hipertricoză)** - poate apărea sub influența factorilor hormonal.
- **Acneea** - infecție microbiană produsă de un parazit, poate să apară pe toată fața, zona T sau pe porțiuni.

- **Chielite** - leziuni elementare, care se prezintă sub diferite forme (scoame uscate pe buze, fisuri, inflamații).
- **Herpes** - o erupție bruscă sub formă de bășicuțe mici (durează 7-10 zile), se datorează unui virus (virusul herpetic) sau unui deranjament gastric, bolilor febrile sau devitaminizării organismului (fig. 5).



- **Foliculita** - se datorează streptococului și reprezintă o inflamație purulentă a rădăcinii părului (fig.6).



fig. 6

- **Dermatitele** - o inflamație a pielii, cu o evoluție acută sau subacută, produsă de diferiți factori.
- **Dermatitele de contact (alergice)** - apar prin contactul cu diverse substanțe sau produse cosmetice.
- **Dermatite streptococice sau stafilococice**

CAPITOL 4. Criterii de clasificare a tenului După conținutul în

lipide (grăsimi)

- Tenul normal (endemic)
- Tenul uscat - alipic și lipsit de grăsimi - deshidratat și lipsit de apă
- Ten gras
- Ten mixt (combinat) **După conținutul în apă**
- Ten normal hidratat
- Ten hiperhidratat (în exces)
- Ten hipohidratat (uscat, nehidratat) **După tulburări fiziologice**
 - Tenul pletoric (încărcat, piele seboreică, hipercheratinizată)
 - Ten casectic (piele uscată, închistată, îmbâcsită)
 - Ten acneic
 - Ten cuperozic (roșiatic)
 - Ridat
 - Senil

CAPITOL 5. Tipuri de tenuri

Recomandări pentru toate tipurile de ten

Curățarea: Se recomandă curățarea tenului dimineața și seara, pentru a elimina murdăria provenită din mediul extern, poluarea, machiajul, și de a elibera tenul de toxinele secretate, celulele moarte, excesul de sebum. Curățarea permite pielii să respire și o pregătește pentru aplicarea produselor de îngrijire.

Îngrijirea: Aplicată după curățare, îngrijirea are ca obiectiv să protejeze și să mențină hidratarea pielii pe timp de zi, și hrănirea, respectiv regenerarea pielii, pe timp de noapte. În funcție de nevoile pielii și ținând cont de tipul pielii, îngrijirea presupune aplicarea de compoziții hidratante, antiîmbătrânire, calmante, seoregulate, reparatoare, refermizante, etc.

Gomajul: Gomajul, sau curățarea în profunzime, ajută la eliminarea celulelor moarte, rafinează textura pielii și curăță în profunzime impuritățile.

Masca : Măștile asigură îngrijire în profunzime. În funcție de nevoile pielii se va opta pentru mască purificatoare, reechilibrantă, decongestionantă, calmantă, nutritivă, fermizantă, etc. Masca se aplică pe pielea bine curățată

și uscată, se lasă timp de 10-20 de minute (până la uscare), după care se îndepărtează.

5.1.Ten normal sau endemic - reflectă o stare de sănătate a organismului, fără tulburări metabolice. Glandele sebacee secretă atât cât este nevoie, iar țesutul adipos dispune de rezervele necesare de grăsime. La examenul vizual se constată pielea netedă, cu pori mici, invizibili, fără riduri, și de o culoare ușor roz. La examenul cu lupa se vede o textură fină. Prin palpare se remarcă o piele catifelată, fermă, elastică, nu iritabilă; ph-ul pielii este situat între limite normale. Acest tip de piele se întâlnește la copii, înainte de pubertate, și la persoanele cu un organism perfect sănătos, după 20 de ani.

Curatarea

- curățarea feței se face cu mișcări blande circulare cu săpun sau gel pentru ten normal.
- după curățare se tonifică cu o loțiune tonica destinată tenului normal, cu apă termală sau apă florală (trandafiri, albăstrele, mușețel).

îngrijirea

- aplicarea regulată a unor loțiuni cu compoziție potrivită tenului normal
- activele specifice recomandate pentru tenul normal în general toți activii hidratanti printre care și acidul hialuronic
- ca uleiuri vegetale se poate apela la uleiul de caise, argan, migdale, rosa mosqueta, struguri
- ca uleiuri esențiale se poate apela după preferințe de arome și acțiuni, în special uleiul esențial de lemongras, vetiver.

Gomajul:

- tenul normal nu necesită gomaj săptămânal, este suficient a se efectua bilunar
- pentru tenul normal se apelează la o compoziție pe bază de fibre vegetale cum ar fi : cocos, bambus, pudră de trandafiri

Masca

- măștile se pot aplica săptămânal sau bilunar
- ingredientele se pot selecta la liber, aplicând alternativ măști nutritive, hidratante, purifiante, după preferințe

5.2. Ten uscat - caracterizat printr-o lipofuncție a glandelor sebacee. Insuficiența de sebum (grăsime) determină și pierderea de apă din țesuturile superficiale, fapt ce poate duce la deshidratarea superficială. Acest tip de ten se datorează fie unei predispoziții, fie unei îngrijiri necorespunzătoare, cu produse care usucă, fie datorită înaintării în vârstă sau unor cauze interne.

Factori care influențează uscarea pielii:

- Factori interni - tulburări endocrine, tiroidă, tulburări nervoase, tulburări în circulația sanguină, boli interne.
- Factori externi - vântul, soarele, frigul, produse de igienă alterate, produse cosmetice foarte alcoolizate, care conțin substanțe care usucă pielea.

La examenul vizual pielea este mată, cu pori mici, uneori cu riduri fine, superficiale, datorate deshidratării ce însoțește lipsa peliculei grase.

Cu lupa se văd mici fisuri liniare. La palpare se constată piele subțire, cu elasticitate diminuată.

Este o piele sensibilă, persoanele care au o piele sensibilă au senzația de usturime sau mâncărime. Tratamentul unui astfel de ten urmărește să corecteze deficiența de grăsimi naturale și aspectele datorate acestei deficiențe.

- Tenul uscat alipic (lipsit de grăsimi)
- Tenul deshidratat - mai predispus la riduri din cauza lipsei de apă

Prezentarea pielii uscate, cauze și consecințe

- Cauza - funcționarea insuficientă a glandelor sebacee, neprotejarea pielii, factorii atmosferici și factorii interni, folosirea produselor cosmetice neadecvate.
- Caracteristici - pori mici, aspect de solzișori; clienta are o senzație de tensionare, suprafața pielii este uscată, aspră la pipăit, tendință timpurie spre riduri, pielea este subțire și fragilă.

Curățarea:

- Demachiere se face cu lapte demachiant, fără clătire, sau cu ulei demachiant cu clătire ușoară
- după curățare se tonifică cu apă florală (immortelle, neroli), apa termală sau tonic hidratant

- în apa de baie se recomandă a se folosi ulei de baie

Îngrijirea:

- aplicarea regulată a cremelor bogate, hrănitoare, emoliente. Tenul uscat îndrăgește uleiurile faciale
- ingrediente specifice recomandate pentru tenul uscat sunt: în general activii hidratanți (acid hialuronic, collagen, squalane, vitamina A, vitamina E, ceramide vegetale)
- ca uleiuri vegetale se poate apela la uleiul de argan, avocado, migdale, borago, germenii de grâu, primula
- ca uleiuri speciale sunt recomandate uleiul de rodie, de chimen negru. Apoi unt de cacao, mango, shea
- la uleiuri esențiale se poate apela la cele cu acțiune specifică, cum ar fi: lemn de trandafir, smirnă, neroli, petitgrain

Gomajul:

- tenul uscat necesită gomaj fin, dar nu este necesar a se aplica

săptămânal

- se apelează la o compoziție pe bază de fibre vegetale (sevă de bambus, pudră de trandafiri) în bază uleioasă, plus agent lavant cu moderație

Masca:

- măștile se pot aplica săptămânal, cu compoziție bogată și hrănitoare
- ingredientele se pot selecta având în vedere necesitatea de hidratare profundă și hrănire: argilă albă împreună cu produse aplicabile, pudră de alge, uleiuri vegetale

5.3. Tenul gras - activitatea glandelor sebacee este legată de funcția glandelor sexuale. Activitatea acestor glande începe odată cu pubertatea, când funcționarea lor este foarte intensă, apoi se menține la un nivel variabil. Pielea grasă se caracterizează printr-o hipersecreție a glandelor sebacee și o cantitate mărită de grăsimi fixate în țesutul adipos subcutanat.

Hiperactivitatea glandelor sebacee este influențată de mai mulți factori, printre care: tulburări nervoase, hepatice, endocrine, o alimentație foarte bogată în proteine și grăsimi, uneori chiar constipația. Tenul gras este de 2 feluri :

- Ten gras uleios

- Tenul gras uleios - se caracterizează printr-o scurgere liberă a sebumului la nivelul pielii. La examenul vizual se văd pori deschiși, aspectul pielii este uleios, unsuros, de culoare galbenă. La examenul prin palpare se simte o granulație neregulată, pielea îngroșată; sensibilitatea pielii poate fi uneori mărită, pH-ul pielii este neutru spre alcalin, deci favorabil dezvoltării unor microbi.
- Tenul gras asfixic - este un ten în care sebumul este oxidat în pori și poate forma comedoane închistate, îmbâcsind porul. Factorii care determină o asfixie cutanată sunt :
 - a) Descuamarea incompletă de pe piele a celulelor cornoase moarte
 - b) Sebumul uscat în porii polisebacei
 - c) Excesul de secreție sudoripară
- d) Circulație sanguină încetinită, care determină o diminuare a aprovizionării cu oxigen a țesutului cutanat
- e) Curățarea inefficientă a pielii, impuritățile împiedicând funcțiile normale ale pielii

Toți acești factori pot determina o asfixie cutanată, atât a tenului gras, cât și a celui uscat.

Caracteristicile tenului gras asfixic

La examenul vizual se văd comedoane rezultate din retenția sebumului în orificiile pilosebacee, care se amestecă cu celulele moarte din pereții canalului respectiv. La palpare pielea este neregulată ca relief, din cauza depozitelor de sebum închistat, fiind aspră și groasă. Tratamentul acestor tenuri închistate urmărește evacuarea comedoanelor pentru a elibera porii și a ușura penetrarea produselor cosmetice în straturile pielii.

Prezentarea pielii grase

Cauza - este activitatea intensă a glandelor sebacee, folosirea produselor cosmetice cu un grad ridicat de substanțe grase, consumul de alimente picante, condimentate, o igienă necorespunzătoare, lipsa procesului de curățare ducând la cheratinizare și hipercheratinizare.

Caracteristici - suprafața pielii relativ dură, cornoasă parțial, cu pori mari, deschiși, aspectul pielii este uleios, unsuros, de culoare galbenă; la palpare se simte granulație neregulată, pielea îngroșată; sensibilitatea pielii

poate fi uneori mărită, ph-ul pielii este neutru spre alcalin; prezența comedoanelor și a pustulelor.

Curățarea : se efectuează o curățare ușoară cu săpun sau gel purifiant

- demachierea se face cu o soluție bifazică, a se evita lăsarea pe ten a unui strat uleios
- după curățare se tonifică cu apă florală (rozmarin, lavandă, hamamelis) sau loțiune astringentă

Îngrijirea

- aplicarea regulată a unei loțiuni cu ingrediente seboregulatorie
- ingredientele specifice recomandate pentru tenul gras sunt: activii hidratanti, extract de castravete, argilă verde, acizi AHA, propolis, neem, loțiunea cu calamină pentru semnele și petele formate de la pustule.

- ca uleiuri vegetale se poate apela la uleiul de jojoba, susan, macadamia, struguri

- ca uleiuri esențiale se poate apela la cele cu acțiune specifică, cum ar fi: rozmarin, bergamotă, cimbru, tea tree, lime, chiparos

Gomajul:

- tenul gras necesită gomaj săptămânal, pentru destuparea porilor
- se apelează la o compoziție pe bază de fibre vegetale (cocos, bambus, pudră de trandafiri) în bază lavantă sau gel de curățare

Masca:

- măștile se pot aplica săptămânal sau bilunar
- ingredientele se pot selecta având în vedere necesitatea de purificare. Argila verde împreună cu fructe proaspete zdrobite, pudră de alge, spirulină, vitamina C, uleiuri esențiale de citrice și cele cu proprietăți purifiante sunt cele mai potrivite.

Porii înfundați (comedonul)

Porii înfundați ascund frumusețea feței. Tenul, partea cea mai expusă a corpului și totodată cea mai vizibilă, are cele mai mari șanse de a fi afectat de elementele mediului înconjurător. Aici se pot acumula urmele poluării, pot apărea infecții, a căror consecință sunt multe probleme ale tenului, cum ar fi: coșuri, acnee, puncte negre sau albe, înfundarea cronică a porilor. Porii înfundați apar cel mai frecvent pe nas și bărbie, aici devin și cei mai persistenți.

Termenul medical pentru porii înfundați este comedon. Comedonul este un folicul sebaceu plin cu sebum, celule moarte din interiorul foliculului, fire de păr mici și bacterii. Când un comedon este deschis se numește punct negru, când este închis se numește punct alb și apare ca o umflătură colorată sau ușor inflamată a pielii.

Curățare: Cu toate că tendința ca porii să fie deschiși este ereditară, motivul pentru care se înfundă se datorează în principal faptului că tenul nu este curățat în mod corespunzător. Chiar și particulele nespălate de săpun pot înfunda porii. Igienizarea tenului cu săpun nu este o problemă, atâta timp cât se efectuează și o clătire corespunzătoare. Pas obligatoriu este stropirea feței cu apă rece, răcoritoare, care va ajuta la închiderea porilor și la stimularea microcirculației. Este necesară în plus igienizarea săptămânală a feței cu un scrub facial potrivit tenului.

Măști: Aplicarea regulată a măștilor faciale contribuie la curățarea, dar și la revigorarea tenului. Măștile trebuie să conțină ingrediente purifiante, revitalizante și astringente, preparate din argilă (kaolin verde, roz), pulberi și extracte vegetale proaspete (castravete, castan, afine, ceai verde, coacăze), uleiuri esențiale (manuka, lavandă, patchouli, cimbru, rozmarin, etc).

Leacuri "băbești" actualizate

- pătrunjel proaspăt tocat, macerat la rece în apă termală sau apă de izvor, apoi strecurat și aplicat ca și toner, pulverizat, sau cu un tampon de bumbac
- suc de lămâie este un detoxifiant puternic, antiseptic și curățător intensiv. Se poate dilua 1:1 cu apă sau apă florală (de semințe de morcovi, rozmarin, hamamelis)
- bicarbonat de sodiu diluat cu apă caldă sau apă de hamamelis, cât să se formeze o pastă. Se aplică pe ten 5-7 minute
 - clătirea tenului cu cidru de mere, apoi cu apă caldă, și în final apă rece
- clătirea și tonifierea tenului cu infuzie de cimbru (o ceașcă de apă cu 3 lingurițe de cimbru uscat sau o crenguță de cimbru proaspăt)

5. 4. Prezentarea pielii mixte

Cauze - funcționarea excesivă a glandelor sebacee în zona T și pe obraji, folosirea neadecvată a produselor cosmetice pe porțiuni diferite cu același produs.

Caracteristici: - zona T (frunte, nas, bărbie) cu pori mari, prezența comedoanelor, luciu grăsos, porțiuni cornoase pe obraji, pori mici, aspect de solzișori și senzație de tensiune. **Curățarea:**

- se efectuează o curățare și demachiere penetrantă
- după curățare se tonifică cu apă florală (hamamelis, lavandă, rozmarin, trandafiri)
- apelarea bilunară la sauna facială cu uleiuri esențiale echilibrante (geraniu, petitgrain, salvie, lavandă)

Îngrijirea:

- aplicarea regulată a unor loțiuni hidratante, ulei facial cu accent pe zonele uscate
- cremele pe baza de hidroxi-acizi și vitamina C, produsele care sunt pe baza de afla-hidroxiacizi tind să normalizeze tegumentul
- activele specifice recomandate pentru tenul mixt sunt matifiante și hidratante extract de castravete, acid hialuronic, extract de ceai verde, etc
- ca uleiuri vegetale se poate apela la uleiul de jojoba, macadamia, orez, argan, chimen negru
- ca uleiuri esențiale se poate apela, după preferințe de arome și acțiuni, în special la uleiul esențial de rozmarin, oregano, bergamotă, palmarosa, ylang-ylang

Gomajul:

- tenul mixt necesită gomaj blând săptămânal
- se apelează la o compoziție pe bază de fibre vegetale (bambus, pudră de trandafiri) într-o bază uleioasă cu adaos de agent lavant

Masca: măștile se pot aplica săptămânal sau bilunar. Se pot aplica 2 măști concomitent, una pe zona grasă, una pe zona uscată, măștile având în compoziție ingrediente specifice. Ingredientele se pot selecta pentru proprietățile purifiante, hidratante și echilibrante, pe bază de argilă albă și verde, cu fructe zdrobite și acizi de fructe, plus albuș de ou, de exemplu, pe zona T, pe restul tenului ingrediente uleioase.

5.5.Tenul pletoric - denumirea vine de la cuvântul grecesc "pletora", care înseamnă surplus. Acest tip de ten este determinat de un metabolism defectuos al proteinelor și glucidelor, la care se adaugă și tulburări ale metabolismului lipidelor. Pielea este groasă, cu aspect cărnos, congestionată permanent sau se congestionează la cel mai mic efort. Ten gras, prezintă comedoane, pori dilatați și chisturi sebacee; deseori prezintă pilozitate crescută.

Îngrijire: Se recomandă o îngrijire riguroasă, de specialitate, și regim alimentar. Demachierea este obligatorie dimineața și seara cu o soluție tonică. Într-un cabinet cosmetic, se expune fața la aburi 10 minute, iar pe zonele infectate și dilatate se aplică tamponare de vată uscată, lipite cu cremă grasă. Se extrag apoi comedoanele și se dezinfectează cu o soluție tonică astringentă.

Loțiunea tonică: 100 g floare de salcâm se macerează 15 zile cu 100 ml alcool 70°, în sticle închise la loc răcoros și întunecos. Se strecoară prin tifon și se completează cu apă distilată, astfel încât concentrația alcoolului să nu depășească 40 %.

Gomajul: gomajul, sau curățarea în profunzime, ajută la eliminarea celulelor moarte, rafinează textura pielii și curăță în profunzime impuritățile. Se va face de două ori pe lună, cu mucilagii de flori de tei sau tărațe de grâu și calciu carbonic, pe tenul umezit cu infuzie. În general tenul pletoric este mixt.

Masca: Măștile asigură îngrijire în profunzime. În funcție de nevoile pielii se va opta pentru mască purificatoare, reechilibrantă, decongestionantă, calmantă, nutritivă, fermizantă, etc. Masca se aplică pe pielea bine curățată și uscată, se lasă timp de 10-20 de minute (până la uscare), după care se îndepărtează.

Pentru tenul pletoric masca va fi astringentă pe zona grasă și emolientă pe restul feței și gât. Se face din: o linguriță de amidon, care se amestecă cu apă rece, peste care se toarnă apă fierbinte, se adaugă tărațe de grâu și miere. Se aplică pe față 15 minute, după care se șterge cu tamponare de vată înmuiată în apă minerală.

5.6. **Tenul casectic** - denumirea vine de la "casectie", care înseamnă atrofie generală. Este cauzat de afecțiuni de ordin intern, care influențează funcțiile metabolice ale pielii.

Pielea este subțire, uscată, deshidratată și alipică, flască din lipsă de elasticitate, palidă (insuficient irigată), cu aspect de pergament.

Tratament: în acest scop se urmărește un proces de tonifiere, hidratare, hrănire, și revitalizare a țesuturilor cutanate.

Demachierea: se face cu lapte demachiant pentru ten gras, fața se va expune 5 minute la vapofoar. Se extrag apoi comedoanele și se dezinfectează cu o loțiune slab astringentă.

Hidratarea: se va face cu infuzii de : nalbă, soc, mentă, mușetel, gălbenele.

Măștile vor fi emoliente: gălbenuș de ou plus miere și sucuri de fructe (pepene galben, portocală, piersici).

Masajul: se face cu o cremă grasă cu vitamine, timp de 20 de minute, cu toate mișcările specifice (mângâiere, vibrații energice).

5.7. **Tenul senil (îmbătrânit)** - apare după 60 de ani, când pielea suferă niște modificări hormonale. Epiderma se subțiază, procesul de keratinizare scade, mușchii se atrofiază, elasticitatea scade mergând spre atrofie. Culoarea devine albă, ștearsă, deshidratată, flască și se descuamează ușor.

5.8. **Tenul cuperozic** - cuperoza se datorează unei dilatații permanente a capilarelor, provocată de pusee congestive repetate și de o elasticitate insuficientă a pereților vasculari. Instalarea cuperozei este uneori neobservată.

Tratamentul: expunerea la vapofor se va face pentru 5-6 minute, pe fața unsă în jurul ochilor și pe locurile cuperozice, peste care se pun dischetedemachiante, pentru protecție față de aburii calzi.

Extragerea comedoanelor: se face cu grijă, pielea fiind sensibilă, iar dezinfecția se va face cu o loțiune astringentă cu alcool 20 %.

Masajul: se va face cu mișcări ușoare de netezire, mângâiere și vibrații, urmărindu-se decongestionarea feței. Mișcările se execută de jos în sus, iar în regiunea geniană, fricționatul se face cu presiune mărită la coborâre, în sensul circulației venoase. Se interzic mișcările energice, dure, iar mișcările de vibrație vor încheia masajul. Ionizările se fac cu sucuri de fructe, ocolindu-se zonele cuperozice.

Măștile: trebuie să aibă efecte decongestive și să fie calmante, hidratante, tonice și vitaminizante. Ele vor conține mentol, camfor, lavandă, polen, propolis, miere.

Factorii care duc la apariția cuperozei sunt:

- factori externi - frigul, vântul, soarele puternic, în special pe o piele fragilă, subțire
- factori interni - tulburări digestive și nervoase, bolile hepatice, folosirea produselor cosmetice alcoolizate (agresive) pe o piele sensibilă sau chiar uscată. Ea este influențată de factori endocrini, digestivi, constipație, colon iritabil.

Cuperoza se poate întâlni atât în zona geniană, cât și pe zona nazală.

Tenului cuperozic îi sunt necesare tratamente calmante, comprese calmante pe bază de plante, produse bine hidratante, în același timp nu foarte calde, dar nici reci.

Descrierea cuperozei:

Sunt cunoscute două forme de cuperoză:

1. **cuperoza propriu-zisă** - când pielea este colorată, se observă desenul vascularizării (linii roșii sau în rețea)
2. **cuperoza însoțită de elitroză** - vasele capilare sunt foarte dilatate, colorația devine roșie-violacee, purtând denumirea de telangectazie (fig. 7): formă destul de gravă, ce nu mai poate fi tratată de cosmeticiană.



Ingredientele ce stau la baza produselor cosmetice care tratează cuperoza sunt: extract de castană de India, aloe vera, ginkgo-biloba, azulena, castravete, etc. Cremele obligatoriu trebuie să fie cu efect calmant și hidratant.

28 | Page
fig. 7

Contraindicații la cuperoză

- Nu se spală cu apă fierbinte sau foarte rece
- Evitarea loțiunilor alcoolizate
- În efectuarea masajului se exclud mișcările energice
- Sunt excluse măștile active care produc înroșirea pielii, pe bază de ardei iute, piper, roșie
- Băuturi alcoolice, tutun, ciocolată, cafea, etc.
- Folosirea vaporilor în exces (sau mai bine deloc)
- Aparatură electrică dimineată (sau mai bine deloc)
- Produsele tip gomaj, peelingurile mecanice cu particule abrazive

Tratamente naturiste pentru cuperoză

Extractul de castan de India este un regulator al circulației sangvine periferice. El are asupra pielii efecte astringente și tonice, redând claritatea tenului pacienților cu cuperoză. Aplicați extractul pe tenul curățat (de preferință seara, înainte de culcare). Lăsați să acționeze 5-10 minute, după care aplicați o cremă de noapte potrivită pentru tenul dv. Protejați ochii la aplicarea acestui remediu.

Măștile anticuperozice - în magazinele cu produse naturiste putem găsi diverse preparate sub formă de măști, care dau rezultate foarte bune în tratarea acestei afecțiuni. Există o mască ce are în compoziție extracte de gălbenele, coada-șoricelului, germenii de grâu, hamamelis, beta-caroten, vitamina E și argilă. Aceasta reechilibrează tonusul pereților vaselor

capilare, astfel încât petele roșii de pe față dispar treptat, iar pielea își va recăpăta elasticitatea și suplețea. Mai întâi se curăță tenul cu un produs demachiant, apoi se aplică masca anticuperozică, într-un strat gros. Se lasă să acționeze circa 30 minute, după care se clătește fața cu apă caldă. La final aplicați o cremă emolientă.

Unguentele cu extract de flori de nalbă sunt foarte utile în tratarea bolilor dermatologice, mai ales în dermatite, eczeme, răni, cuperoză sau chiar în caz de picioare umflate, la persoanele vârstnice. Se fac aplicații locale sub forma unui masaj ușor.

Ceaiul de rădăcină de nalbă mare se folosește pentru uz extern sub formă de comprese pentru tratarea cuperozei, a tenului uscat sau ridat sau a iritațiilor pleoapelor și ale obrazului. Pentru comprese se prepară un decoct din 20 g rădăcină la 100 ml de apă.

Se poate folosi spălarea feței cu lapte, după care se va aplica o compresă cu

ceai calduț de mușetel sau de salvie, apoi se unge fața cu o cremă grasă. Se pot pune și comprese cu ceai de tătâneasă, fără a mai fi nevoie de cremă după aceea.

Odată cu tratamentul extern se va căuta să se combată sedentarismul, precum și constipația, care este generatoare de agravarea acestei afecțiuni. Se vor evita expunerile la soare, frigul la picioare și diferențele de temperatură. Sunt contraindicate loțiunile alcoolice astringente. De asemenea, se va evita spălatul obrazului cu apă prea rece sau prea caldă.

Pentru tratarea constipației se pot consuma prune sau caise uscate. Puneți seara 4-10 bucăți în apă rece și lăsați până a doua zi. Dimineața se vor mânca fructele hidratate și se va bea apa. După o oră se recomandă să se consume un suc de lămâie. Tratamentul se va face 20-30 zile.

Alimentația - se exclud din alimentație salamurile, conservele, afumăturile, murăturile și condimentele. Este bine ca, în câteva zile la rând, să se consume numai vegetale fierte în apă, cu puțină sare și stropite cu puțin unt. Foarte bun este de asemenea peștele oceanic fiert sau fript, carnea de vită sau de pui la grătar sau la cuptor (fără piele), laptele dulce (fără smântână sau caimac) și brânza de vaci.

Sucurile de fructe și legume ajută și ele. Se vor consuma minim 3 pahare pe zi, înainte sau între mese. Trebuie evitate cafeaua, tutunul, alcoolul și băuturile fermentate. Mișcarea, gimnastica, plimbările în aer liber sau înotul sunt și ele foarte indicate.

5.9. Prezentarea pielii sensibile

Cauze - punctele nervoase supra-sensibilizate de stimuli mecanici și substanțe străine, solicitare nervoasă.

Caracteristici - înroșiri ale pielii pe diverse porțiuni, predominând zona geniană și nazală.

- vinișoare accentuate
- prezența unor solzișori
- porțiuni ale pielii foarte subțiri
- riduri timpurii
- aspect de prurit, mâncărime de piele
- grad de alergizare mărit

Curățarea: Se recomandă curățarea tenului dimineața și seara pentru a elimina murdăria provenită din mediul extern, poluarea, machiajul, și de a elibera tenul de toxinele secretate, celulele moarte, excesul de sebum. Curățarea permite pielii să respire și o pregătește pentru aplicarea produselor de îngrijire.

- se efectuează o curățare cu lapte fin demachiant
- după curățare se tonifică cu apă florală (mușetel, hamamelis, lavandă)

Îngrijirea: Aplicată după curățare, îngrijirea are ca obiectiv să protejeze și să mențină hidratarea pielii pe timp de zi, și hrănirea, respectiv regenerarea pielii, pe timp de noapte. În funcție de nevoile pielii și ținând cont de tipul pielii, îngrijirea presupune aplicarea de compoziții hidratante, antiîmbătrânire, calmante, sebo-regulatoare, reparatoare, refermizante, etc.

- aplicarea regulată a unor compoziții hidratante delicate, cu formulă simplă, cu ingrediente care s-au dovedit tolerate
- evitarea parfumării și colorării compozițiilor, la fel evitarea alcoolului în loțiuni sau tonere

- activele specifice recomandate pentru tenul normal sunt: alantoină, bisabolol, panthenol, squalane
- ca uleiuri vegetale se poate apela la uleiul de migdale, cocos, gălbenele, rodie, primula
- ca uleiuri esențiale se poate apela în cantități moderate la uleiul esențial de mușetel, lavandă

Gomajul: gomajul, sau curățarea în profunzime, ajută la eliminarea celulelor moarte, rafinează textura pielii și curăță în profunzime impuritățile.

- tenul sensibil trebuie protejat de intervenții care ar putea provoca leziuni sau reacții neplăcute
- astfel, pentru gomaj, ingredientele sunt destul de limitate: pudră de trandafiri, tărațe fine, uleiuri și agent lavant neutru blând

Masca: Măștile asigură îngrijire în profunzime. În funcție de nevoile pielii se va opta pentru mască purificatoare, reechilibrantă, decongestionantă, calmantă, nutritivă, fermizantă, etc. Masca se aplică pe pielea bine curățată și uscată, se lasă timp de 10-20 de minute (până la uscare), după care se îndepărtează.

- măștile se pot aplica săptămânal sau bilunar
- ingredientele vor fi selectate având în vedere nevoia de calmare și hrănire: pudră de fructe, produse apicole, alge, uleiuri vegetale, argilă albă, etc

5.10. Prezentarea pielii pretențioase

Cauze - procesul natural de îmbătrânire (lipsa de grăsimi și hidratare)

Caracteristici:

- degradarea structurii superioare a pielii
- elasticitatea redusă
- circulație sanguină proastă și senzație de tensionare

5.11. **Tenul acneeic** - Acneea: infecție microbiană, produsă de o bacterie, "PROPIONIBACTERIUM ACNES", care apare pe suport de piele grasă, într-un mediu alcalin și o activitate intensă a glandelor sebacee. Fiecare folicul conține glande sebacee, care, sub influența unor factori interni sau externi, pot să producă o formă de acnee. Cele mai expuse suprafețe ale pielii sunt acele zone în care se găsesc cele mai multe glande sebacee (ex: fața, spatele, zona cefei, umerii și pieptul).

Leziunile acneice pot fi împărțite în două categorii: inflamatorii și noninflamatorii.

Acneea fără inflamații - este caracterizată prin piele seboreică și/sau apariția comedoanelor (coșurilor).

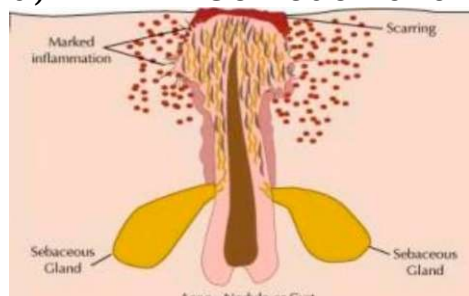
- Seboreea este determinată de producția crescută de sebum, ce conferă pielii un aspect uleios. Este localizată cu precădere la nivelul nasului, frunții, obrazilor și toracelui superior. Poate afecta inclusiv pielea capului și pavilionul urechii.
- Comedoanele se formează prin înfundarea orificiului de eliminare a sebumului. Comedoanele închise (puncte negre) se formează prin înfundarea parțială a foliculului pilos. Culoarea neagră este dată de oxidație, și nu de murdărie. Comedoanele deschise (punctele albe) sunt rezultatul înfundării totale a foliculului.

Acneea inflamatorie - este rezultatul inflamării porului înfundat.

- Papulele apar ca niște ridicături roșii, frecvent dureroase, care se pot remite spontan sau pot evolua spre pustule.
- Pustulele sunt ridicături cu conținut purulent galben la suprafață.
- Nodulii sunt inflamații cu o evoluție mai gravă, de unde pot rezulta cicatrice.

Acneea poate sa apară sub mai multe forme :

- Juvenilă (vulgară) (fig 9 și fig 10)
- Pustuloasă
- Papulopustuloasă
- Comedoniană



33 | Page

e fig.8 (acnee chistică)



fig.9

fig. 10



fig. 11

- e) Medicamentoasă
- f) Acneea rozacee (fig 11)
- g) Acneea necrotică
- h) Hipertrofică
- i) Cheloidiană

a) **Juvenilă (vulgară)** - întâlnită la tinerii adolescenți, începând de la 12 - 14 ani, pe suport de dereglare hormonală, o îngrijire nerațională (folosirea tratamentelor cosmetice neadecvate), factori atmosferici, etc.

b) **Pustuloasă** - se manifestă prin apariția unor pustule acneice purulente pe anumite părți faciale. Apare pe la 40 ani.

c) **Papulo-pustuloasă** - apare prin prezența unor papule (chisturi) închistate cu puroi din loc în loc, care după tratament lasă semne.

d) **Comedoniană** - care poate să apară atât la femei, cât și la bărbați. Se manifestă prin prezența unor comedoane păstoase la suprafață, cu aspect ușor purulent.

e) **Medicamentoasă** - apare pe un suport de medicamente luate în exces, fără avizul medicului, și poate apărea atât la femei, cât și la bărbați. Se tratează prin produse cu efect medicamentos.

f) **Acneea rozacee** - afecțiune a pielii caracterizată printr-o roșeață, coșuri la nivelul bărbiei, frunții, nasului, pomeților. Este denumită acneea adultului. Poate fi controlată prin medicație și evitarea unor factori interni și externi. Netratată se poate agrava și poate duce la apariția unor noduli localizați pe zonele pe care apar. Sunt excluse procedurile de vaporizare, masajele cu creme grase și măștile cosmetice emoliente.

g) **Acneea necrotică** - este denumită astfel, deoarece papulele foliculare au

în centru o pustulă, care este urmată de apariția unei cruste brună sau brun-negricioasă, înconjurată de un inel inflamator. Leziunile au sediul pe frunte, la marginea părului și pe tâmpile. Evoluția lor este cronică și urmată de mici cicatrici. Atinge de obicei bărbații în vârstă de 30-40 ani.

f) **Acneea hipertrofică (rinofimă)** - apare la bărbații în vârstă, care în antecedente au suferit o formă de acnee, și se localizează la nivelul nasului. Nasul este deformat, mărit în volum, putând ajunge cât o portocală, de culoare roșie-violacee, presărat cu papulo-pustule, dilatări de vase, vase vizibile ca niște dungi roșii, subțiri. Suprafața pielii prezintă numeroși pori dilatați, din care ies mari cantități de sebum.

h) **Acneea cheloidiană** - este mai degrabă o foliculită cronică decât o acnee propriu-zisă, cu localizare la nivelul cefei, care apare la bărbați de 40-50 ani bine nutriți, adesea obezi.

Pe scurt despre rozacee

- Rozaceea este o afecțiune cronică caracterizată prin episoade de acutizare și remisiuni
- Rozaceea este o afecțiune medicală ușor de controlat prin administrarea tratamentului corect
- Rozaceea debutează de obicei cu apariția unor leziuni eritematoase roșiatice (flush)
- Leziunile caracteristice din rozacee afectează preponderant regiunea centrală a feței și nasului

Rozaceea asociază de cele mai multe ori o erupție acneiformă (asemănătoare acneei) și telangiectazii (dilatatii vasculare mov-roșiatice).

- Rozaceea este deseori confundată cu acneea, arsurile solare faciale si "obrajii roșii" constituționali
- Rozaceea poate fi indusa de alcool, alimentele condimentate, stesul emoțional si căldura
- Rozaceea netratată se poate complica (cel mai frecvent se poate evidenția nasul rosu bulbos sau rinofimă)
- Tratamentul precoce, corespunzător al rozaceei, reduce semnificativ riscul apariției complicațiilor și oferă posibilitatea unei vieții normale

Debutul bolii este cuprins de obicei între 30-50 de ani, fiind mai frecventă la femei decât la bărbați și se caracterizează în principal prin apariția unor leziuni cutanate eritematoase (flush) localizate predominant la nivelul feței și poate fi însoțită de o serie de semne clinice generale ce includ: telangectazii (dilatari permanente mov-roșiatice a unor vase de sânge mici) erupții papulo-pustuloase inflamatorii (asemănătoare celor din acneea juvenilă vulgară).

Leziunile apar în mod în special la nivelul obrazilor, nasului, frunții și mai rar pe gât, torace, urechi sau scalp. Trebuie să menționăm de asemenea că rozaceea este mult mai frecventă în rândul caucazienilor, sau persoanelor cu tenul deschis la culoare, fiind considerată o boală cronică cu acutizări și perioade asimptomatice, care nu are deocamdată nici un tratament curativ. De asemenea, este important să știm că rozaceea nu este o boală contagioasă și nu poate fi transmisă de la o persoană la alta prin contact direct sau aerogen.

Care sunt cauzele si factorii de risc implicate in etiopatogenia rozaceei?

Până în momentul de față cauza exactă a rozaceei rămâne necunoscută. Se consideră că afecțiunea are o componentă genetică, însă la fel de importanți sunt și factorii vasculari, de mediu, degenerativi sau chimici. Studiile de cercetare din ultimii ani au implicat în etiopatogenia afecțiunii și germenii microbieni care populează tegumentele, precum și unele anomalii ale organitelor pilosebacee (foliculul pilos și glandele sebacee anexe).

Factorul ereditar

Rozaceea nu este o afecțiune genetică ereditară (nu se mostenește). Dacă boala ar face parte din această categorie, simptomele clinice ar debuta mult mai devreme. Cu toate acestea rozaceea are o componentă ereditară (predispoziție ereditară) care se referă de fapt la acțiunea factorilor favorizanți, declanșatori ai afecțiunii (factori trigger) și poate intra mai degrabă în grupul afecțiunilor multifactoriale (simptomele sunt consecința interacțiunii factorilor genetici și de mediu). Chiar dacă rozaceea nu se moștenește propriu-zis de la părinți, pacientul în cauză are o sensibilitate crescută la factorii care induc leziunile caracteristice, fapt care are de cele multe ori o componentă ereditară. Exista mai multe teorii care își propun să explice apariția bolii.

Teoria vasculară, implică răspunsul exagerat la stimulii dilatatori (vasodilatatori) a vaselor de sânge de la nivel. Dilatarea persistentă a vaselor de sânge are ca și consecință creșterea temperaturii locale, care determină proliferarea intensă a germenilor bacterieni de la acest nivel, cu dezvoltarea unor pustule sau coșuri, având ca și rezultat un aspect clinic asemănător cu cel din acneea vulgară. Se pare că tratamentele cronice vasodilatatoare, utilizate în tratamentul diferitelor afecțiuni cronice (boli cardiace, hipertensiune arterială, etc), pot declanșa și accentua simptomele caracteristice din rozacee.

Teoria infectioasă

Se pare că o serie de microorganisme par fi implicate în etiologia leziunilor caracteristice din rozacee. **Demodex folliculorum**, un germene care face parte din flora tegumentară normală, fiind cantonat la originea foliculului pilosebaceu, este unul dintre acestia. Unele studii medicale, corelează rozaceea cu prezenta **Helicobacter Pylori**, un germene care este agentul etiologic al ulcerului gastric, însă sunt necesare mai multe studii suplimentare pentru a confirma relația exactă dintre cele 2 entități.

Un studiu recent, afirmă faptul că pacienții cu rozacee au niveluri crescute de *catelicidină* (peptid a cărui sinteză poate fi condiționată genetic).

Rozaceea ca boală neurologică, este o teorie care are la bază mecanisme care induc hipersensibilizarea neuronilor senzitivi pentru **bradikinină** (aceasta fiind activată de către sistemul kinina - kalicreina, ca

urmare a expunerii la bacterii de proveniență enterică). Inflamația de cauză neurologică are ca și consecință vasodilatația caracteristică bolii.

Factorii de risc implicați în etiologia și acutizarea rozaceei

- Factorul ereditar (sensibilitate crescută la substanțe vasodilatatoare)
- Factori infecțioși (*Helicobacter pylori*, *Demodex folliculorum*)
- Stesul, anxietatea, instabilitatea emoțională
- Efortul fizic accentuat
- Consumul moderat sau excesiv de alcool
- Consumul de cafea sau ceai cu un conținut mare de cofeina
- Alimentația condimentată
- Expunerea la soare
- Variații bruște ale temperaturii ambientale, băile fierbinți
- Medicamente vasodilatatoare, corticosteroizi, antihipertensive

Care sunt simptomele caracteristice din rozacee?

Simptomele caracteristice din rozacee includ:

Eritem facial (flush) la nivelul regiunii centrale a feței și nasului. La femei, leziunile caracteristice se regăsesc preponderant la nivelul obrazilor, frunții și bărbiei, pe când la bărbați acestea apar cel mai frecvent la nivelul nasului. De multe ori, eritemul facial poate lua forma unui fluture (afectează piramida nazală și

pomeții) și poate fi confundat cu eritemul în fluture caracteristic lupusului, o afecțiune autoimună cu simptomatologie sistemică și cutanată. În cazuri rare, erupția cutanată se poate extinde la nivelul gâtului și decolteului.

Pustulele, sunt leziuni cutanate care apar în zonele eritematoase sau pe marginile acestora, au o culoare roșiatică sau mov-visinie, lucru care le diferențiază de coșurile din acnee.

Telangiectaziile sunt leziuni vasculare cutanate care conferă tegumentului un aspect împăienjenit și se datorează dilatării permanente a vaselor de sânge din tegumentul superficial.

Nodozități tegumentare, apar în timp, în special la bărbați și au localizarea predominant la nivelul nasului (regiunii nazogeniene).

Simptome oculare: roșeață, senzația de nisip în ochi, conjunctivită (inflamația conjunctivei), edemul pleoapei.

Există mai multe forme clinice de rozacee, dintre care amintim

- **Rozaceea papulopustuloasă** - este forma cea mai frecventă, clasică a bolii fiind întâlnită frecvent la femeile de vârstă mijlocie. Leziunile au localizare centrală și sunt descrise ca placarde eritematoase, însoțite de papule roșii putând asocia chiar și pustule (leziuni cu conținut lichidian). În această formă de rozacee se identifică și telangiectazii de diferite dimensiuni.
- **Rozaceea eritemato-telangiectatică** - se caracterizează prin înroșirea centrală a tegumentelor feței fiind adesea acompaniată de senzația de arsură. Pielea din această zonă este sensibilă la atingere și la aplicarea diverselor unguente, lotiuni sau creme.
- **Rozaceea fimatoasă** - apare de regulă la bărbați și se caracterizează prin prezența unor nodozități sau neregularități la suprafața nasului (rinoforma), bărbiei (gnatofima), frunții (metofima), urechilor (otofima), și/sau pleoapelor (blefarofima).
- **Rozaceea oculară** - această formă poate precede rozaceea facială dar poate să fie de asemenea asociată acesteia. Dintre simptomele caracteristice acestei forme amintim conjunctivita, blefarita (inflamarea pleoapei), fotofobia (toleranta scăzută la lumina) și telangiectaziile interpebrale..
- **Rozacee granulomatoasă**, este o formă severă de rozacee care asociază fenomene inflamatorii locale.
- **Rozacee fulminans** (*pyoderma faciale*)., este din fericire o formă rară și severă de rozacee, care afectează exclusiv femeile tinere, în jurul vârstei de 20 de ani, debutul fiind de cele mai multe ori brusc, vindecarea leziunilor lasând de cele mai multe ori cicatrici vizibile inestetice.

Diagnosticul în rozacee

Diagnosticul afecțiunii este de cele mai multe ori clinic. Identificarea de către medicul specialist dermatolog a leziunilor caracteristice după o anamneză corespunzătoare, este de obicei suficientă pentru stabilirea unui diagnostic clinic pozitiv. Cu toate acestea, afecțiunea este subdiagnosticată, în special în cazurile cu o evoluție intermitentă, în care flush-ul dispare și reapare în anumite condiții.

O serie de investigații paraclinice pot fi utile în stabilirea diagnosticului, însă ele sunt folosite destul de rar. Biopsia cutanată poate confirma diagnosticul de rozacee, în special în cazurile atipice. Raclajul epidermului și cultura pentru Demodex, germenele care poate infecta segmenteul pilosebaceu cauzând rozaceea, poate fi de asemenea utilă. Cultura cutanată este de asemenea utilă în cazul în care se dorește efectuarea unui diagnostic diferențial corect, pentru excluderea altor afecțiuni cutanate infecțioase care pot avea aceleași manifestări cutanate (herpes, acnee, lupus, etc).

Diagnosticul diferențial în rozacee

O serie de alte afecțiuni dermatologice pot mima simptomele clinice din rozacee și necesită diagnosticul diferențial:

- Acneea vulgaris
- Foliculita cu Demodex
- Infecția stafilococică
- Lupus sistemic eritematos (afecțiune sistemică autoimună cu erupție cutanată facială caracteristică "în fluture")
- Dermatita seboreică
- Dermatita de contact sau dermatita alergică
- Eczemele
- Alergiile cutanate sezoniere
- Conjunctivita alergică (diagnostic diferențial cu rozaceea oculară)
- Impetigo
- Herpes simplex

Evoluția rozaceei

Rozaceea diagnosticată corespunzător are o evoluție favorabilă. În lipsa tratamentului, rozaceea determină apariția **rinofimei**, o complicație cauzată de inflamarea cronică a nasului și glandelor sebacee asociate, ce determină apariția unor modificări tegumentare (nodozități groase, roșii și mari). Rinofima este mult mai frecventă la bărbați, tratamentul acesteia necesitând terapii invazive chirurgicale sau laser.

Rozaceea oculară poate să se complice în timp și să determine afectarea corneei (*rozaceea keratitis*) de aceea pentru profilaxia tulburărilor de vedere asociate acestei complicații se recomandă consultul oftalmologic și efectuarea tratamentului corespunzător.

Tratamentul rozaceei

Până în momentul de față nu exista un tratament curativ pentru rozacee. Cu toate acestea există o serie de măsuri mai mult sau mai puțin medicale pe care pacienții (clienții) le pot lua pentru ameliorarea afecțiunii, pentru a preveni apariția episoadelor acute și pentru a-și îmbunătăți calitatea vieții, în general. Pe lângă tratamentul medical prescris de medicul specialist dermatolog există câteva recomandări pe care pacientul cu rozaceea ar trebui să le urmeze pentru creșterea potenței tratamentului medicamentos și în consecință pentru o evoluție favorabilă a bolii.

Îngrijirea corespunzătoare a tenului

Persoanele cu rozacee ar trebui să folosească doar produse dermocosmetice speciale destinate tenului sensibil așa cum sunt săpunurile, loțiunile și cremele hipoalergice, fără alcool. De asemenea utilizarea dermato-cosmeticelelor abrazive ar trebui evitată pentru a nu închide porii (noncomedogenice). Igiena tenului trebuie făcută cu grijă, nu este recomandată curățarea energică a acestuia. Persoanele care folosesc și produse pentru machiaj, trebuie să ia în considerare alegerea unor produse speciale de asemenea (neirritante și noncomedogene).

Persoanele cu rozacee, ar trebui să folosească constant o cremă cu factor de protecție solară pe bază de dimeticon, ciclometicon, dioxid de titan sau oxid de zinc (UVA și UVB, FP minim 15).

Nu trebuie să uităm că igiena și îngrijirea ochilor este un alt element important la clienții cu rozacee, în special la cei care asociază rozacee oculară. Se recomandă spălarea delicată a ochilor și folosirea lacrimilor artificiale (picături oculare).

(Atenție! A se evita folosirea ceaiurilor de tipul muștelului contraindicate în general în afecțiunile oculare iritative și infecțioase).

Profilaxia recurențelor (acutizarilor) în rozacee este reprezentată în mare parte de identificarea și evitarea triggerilor (factorilor declanșatori). Dintre factorii incriminați în acutizarea episoadelor de rozacee amintim: alcoolul, alimentele condimentate, fructele, legumele, medicația vasodilatoare,

antihipertensivă, Substanțe iritante de tipul parfumului, cosmeticelor, expunerea la soare, efortul fizic exagerat, baile fierbinți, etc.

Tratamentul topic (local)

Se pot folosi unguente sau lotiuni care contin **metronidazol, acid azelaic (Finacea 15%), sulfacetamida sodium (Klaron)** precum și produse cu antibiotice de tipul **eritromicinei** sau **clindamicinei**. Se recomanda de asemenea curatarea tenului cu lotiuni pe baza de **sulfati (Rosani/)** sau **peroxide benzoil (Clearasil)**.

Tratamentul oral antibiotic

Tratamentul cu antibiotice administrat oral este recomandat in cazul pacientilor cu forme moderate sau moderat-severe de rozacee. Se pot administra, **tetraciclina, doxiciclina, minociclina** sau **amoxicilina**. Un produs antibiotic nou, care presupune administrarea unei doze mici de doxiciclina (**Oracea**), este tot mai frecvent utilizat.

Tratamentul invaziv si chirurgical

Indicatia chirurgicală este rezervată cazurilor grave, complicate de rozacee (rinofima, telangiectazii permanente. Raspunsul la tratamentul chirurgical este variabil în funcție de pacient și este în general valabil pentru orice patologie cutanată care implică acest management (răpund mai bine persoanele cu tenul deschis la culoare, care folosesc creme cu protectie solară si care își îngrijesc corespunzator pielea după efectuarea procedurii).

Remodelarea laser si IPL

Laserul nonablativ este eficient în tratamentul formelor moderat severe si severe de rozacee deoarece remodelează structura anormală a țesutului conjunctiv dermic și ameliorează calitatea epidermei, stimulând regenerarea acesteia. Laserul are de asemenea rezultate bune și în tratamentul telangiectaziilor deoarece absoarbe selectiv oxihemoglobina și reduce calibrul fără afectarea țesutului adiacent. Tratamentul cu lumină pulsatilă (IPL), reprezintă de fapt un laser multicromatic (identifică și distruge pigmentii cutanați) ce are diverse ținte, inclusiv melanina și hemoglobina și de aceea este folosit cu succes în tratamentul leziunilor vasculare și pigmentare.

Se pot efectua mai multe sedinte cu un interval de pauza cuprin între 3 si 6 saptamani. Pentru rezultate si mai bune se poate asocia tratamentul laser fotodinamic (tratament chimic foto-indus, **Levulan**).

Dermabraziunea, mezoterapia cu ace si peelingul glicolitic

(peelingul chimic)- sunt proceduri care pot fi utilizate cu precautie in rozaceea si pot sa amelioreze calitatea si textura tenului, avand rezultate bune chiar si in rinofima.

Chirurgia estetica - telangiecatziile permanente pot fi tratate electrochirurgical, in sa trebuie sa retinem ca efectul nu este unul permanent, existand riscul de recurenta al acestora.

Sursa <http://www.medispa.ro>

Sfaturi utile pentru clienti

Mentținerea curată a feței

Chiar dacă se confruntă sau nu cu probleme ale tenului, este foarte important să se spale corect pe față, pentru a evita agravarea sau apariția unor neplăceri. Prin spălare se îndepărtează celulele moarte de la suprafața pielii, impuritatile, excesul de sebum și se curăță porii. Se recomandă spălarea feței cu apă caldă, curată. Apa fierbinte poate agresa suplimentar un ten care deja suferă. Este bine să se folosească o loțiune pentru tenul gras sau cu probleme acneice, săpunurile cosmetice (bogate in coloranti si parfumuri) putând face mai mult rău decât bine. Irritația și inflamația pot fi agravate dacă săpunul nu se adapteaza nevoilor tenului si nu reglează secreția de sebum.

Este recomandat sa se evite exfolierea agresivă mediată de prosop. Există produse dermato-cosmetice special destinate acestui scop, produse care au acțiune blanda si care nu doar exfoliază delicat dar si curăță. După spălare, fața trebuie stearsă ușor, prin mișcări de tamponare, folosind întotdeauna un prosop curat. Prosoapele murdare sau utilizate mai mult de cateva zile la rand atrag bacteriile și promovează înmulțirea lor. Dacă ele sunt apoi puse in contact cu fața, rezultatele sunt dezastruoase, mai ales dacă ținem seama că majoritatea formelor de acnee sunt cauzate tocmai de prezența bacteriilor pe suprafața pielii.

Hidratarea

Crema hidratantă potrivită pentru tenul gras, cu probleme ar trebui să fie sub forma de gel, cât mai ușor, care să nu încarce suplimentar pielea și să nu astupe porii. Dacă tenul este foarte uscat sunt recomandate cremele de consistență clasică și loțiunile hidratante. Dacă însă tenul clientei are zone grase alternând cu zone foarte uscate, este recomandată utilizarea a două tipuri de produse. Poate fi mai greu, cel puțin la începutul tratamentului, însă este mai bine ca zonele uscate să primească o atenție suplimentară iar produsele dermato-cosmetice să fie cât mai specifice lor. Anterior aplicării cremei se recomandă hidratarea pielii cu apa din abundență sau chiar pulverizarea de apă termală, care poate calma iritația și inflamația tenului.

Evitarea încărcării cu machiaj a tenului

În timpul unei acutizări, când tenul este foarte înroșit, iar leziunile sunt dureroase, oricât de greu ar fi, este recomandată evitarea aplicării fondului de ten. În cazul în care totuși se aplică fond de ten, pudră sau blush, trebuie dat în strat cât mai fin, să aibă o consistență cât mai ușoară și neapărat îndepărtat prin demachiere riguroasă la sfârșitul zilei.

Sunt recomandate cosmeticele care conțin cât mai puțini aditivi (coloranți, parfumuri), eventual cele cu consistență fluidă și pe bază de apă și fără uleiuri. Sunt disponibile și o gama variată de fonduri de ten dermato-cosmetice, care își propun să acopere leziunile și roșeața (eritemul), fără a agresa tenul. Citiți cu atenție ingredientele și doar apoi hotărâți dacă produsul respectiv este adaptat nevoilor tenului.

Aveti grija ce produse pentru par folosit

Persoanele care suferă de acnee ar trebui să evite cât mai mult posibil folosirea de produse cosmetice pentru păr, în special spray fixativ, geluri, vopseli. Chiar dacă ele sunt puse pe păr, foarte ușor pot veni în contact cu fața, iritând pielea.

Șamponul și balsamul folosit trebuie să fie cât mai delicat, să nu conțină produse chimice puternice. Părul gras poate să influențeze la randul sau tenul, de aceea, este bine să fie spălat cât mai des (la două zile), mai ales în timpul acutizărilor acnee. Dacă aveți părul lung, încercați să îl țineți prins, pentru a nu veni pe fața.

Nu puneți mâna pe față !!!!

Aceasta este una din cele mai importante recomandări, insistați foarte mult ca ea să fie înțeleasă. Și pe cât este de importantă, pe atât de greu este respectată.

Evitați expunerea prelungită la soare

Ultravioletele pot stimula eritemul și pot prolifera și accentua inflamația. În plus, foarte multe din produsele antiacneice sunt destul de agresive și pot crește sensibilitatea tenului la soare, deci rezultatele sunt cu atât mai negative. Indiferent dacă clienții au sau nu acnee, recomandați aplicarea produselor și cremelor cu factor de protecție solară (minim 20), cu cel puțin 20 de minute înainte de ieșirea afară.

Dacă tenul suferă de acnee, oferiți clienților produse non-comedogenice, care nu favorizează apariția unor noi coșuri. Insist din nou să citiți cu atenție lista ingredientelor astfel încât să luați o decizie informată și să nu aplicați o cremă nepotrivită.

Studiile au demonstrat că o dietă bogată în fructe și legume proaspete, bogate în special în vitamina A și beta caroten poate stimula sistemul imun, poate ajuta organismul să facă față infecțiilor și să se recupereze mai ușor, dar promovează și sănătatea pielii. Printre cele mai bogate legume și fructe în beta- caroten (forma vegetală a vitaminei A) se numără: morcovii, cartofii, caisele, pepenele galben, spanacul, napii.

Exercițiile fizice regulate fac bine minții, corpului dar și pielii, sunt de parere specialiștii. Exercițiile reduc nivelul stresului, al anxietății, și ameliorează circulația sângelui prin organism. Specialiștii recomandă ca în timpul exercițiilor să se evite purtarea de haine strâmte, din materiale sintetice, care stimulează transpirația excesivă.

De asemenea, ar trebui evitate șepcile, pălăriile, ochelarii de soare, căștile, deoarece și ele stimulează transpirația. Iar aceasta poate avea rezultate devastatoare asupra unui ten cu probleme și acnee, deoarece proliferează și stimulează înmulțirea bacteriană. După sport sau după orice activitate care implică transpirație, fața și întregul corp trebuie spălate imediat.

Relaxați-vă!

Experții sunt de părere că starea psihică poate să influențeze sănătatea întregului organism, inclusiv a pielii (considerată cel mai mare organ al nostru). Există studii care corelează gravitatea acneei cu nivelul de stres la care este supus organismul. Există totuși un cerc vicios în astfel de situații, căci stresul promovează apariția acneei, iar acneea, la rândul ei, stresează foarte mult individul. Cel mai bine ar fi dacă am putea sta și analiza care sunt factorii stresanți din viața noastră și ne-am ocupa de aceștia. Găsirea unor metode de a le face față poate grăbi vindecarea și poate stimula regresia acneei.

De reținut!

Deși acneea este considerată o afecțiune specifică pubertății, ea se poate manifesta chiar și la vârste mai înaintate. De aceea, indiferent de vârstă, trebuie să avem grijă de tenul nostru și să îi respectăm nevoile de hidratare, tonifiere și chiar tratament. Ori de câte ori apar probleme ale tenului, cel mai bine este să consultăm un medic dermatolog și un cosmetician, astfel încât să evităm agravarea lor. Cu cât tratamentul este instituit mai precoce, cu atât și vindecarea se va produce mai repede și nu vor exista semne.

Tratamentul natural pentru acnee

Unul dintre tratamentele care se dovedesc eficiente este apelarea la **ULEIUL ESENȚIAL DE TEA TREE** (arbore de ceai, melaleucă). Uleiul esențial de tea tree prezintă sinergie specială în acnee cu uleiul esențial de lavandă. Aceste uleiuri esențiale, spre deosebire de majoritatea uleiurilor esențiale, se consideră că pot fi aplicate nediluat, ocazional, pe zonele restrânse afectate de acnee. Dau, în cazuri rare, reacții adverse, dar orice persoană trebuie să testeze întâi sensibilitatea pe o suprafață mică de piele.

Variante de aplicare:

- cu ajutorul unui bețișor de urechi îmbibat în ulei esențial se tamponează ușor punctele acneice active
 - ca ingredient în tonere și măști 2-3%
 - ca ingredient în șampon 2-3%
 - ca ingredient în comprese, creme, până la 5%

Ingredientele și tratamentele naturale care au o bună reputație și care s-au dovedit eficiente la multe persoane afectate de acnee comună sunt:

- Uleiuri vegetale: ulei de neem, ulei de jojoba, ulei de borago
- Ape florale: apă de hamamelis, apă de albăstrele, apă de cistus ladanifer

- Uleiuri esențiale: de lavandă, de tea tree, de scorțișoară, de mentă, de cistus ladanifer (ca și cicatrizant)
- Ingrediente active: acid hialuronic, alantoină, oxid de zinc, gel aloe vera, vitamina E, vitamina C, acid lactic, extract de ceai verde, pudră de focus
- Se poate apela cu succes la: comprese cu extract de schinduf; tonere nonalcoolice cu ape florale, zeamă de castravete, oțet de cidru

REȚETE LA MINUT

Gel hidratant nongras cu active I - se prepară proaspăt, doar în cantități mici, cu aplicare în 4-5 zile. Se păstrează la frigider.

30 ml gel aloe vera plus 0,5 gr alantoină plus 0,3 gr acid hialuronic

Gel hidratant nongras cu active II - se prepară proaspăt, doar în cantități mici, cu aplicare în 4-5 zile. Se păstrează la frigider.

30 ml gel aloe vera plus 1 gr vitamina C plus 1 ml extract de ceai verde

Gel hidratant cu uleiuri esențiale - se prepară proaspăt doar în cantități mici, cu aplicare în 4-5 zile. Se păstrează la frigider.

30 ml gel aloe vera plus 20 picături ulei esențial (sau combinație de uleiuri esențiale)

Cremă pentru dermabraziune la acneea rozacee - se prepară proaspăt pentru fiecare aplicare.

1 lingură fibră de cocos sau pudră de bambus plus ^ linguriță de acid lactic plus 1 linguriță de bază lavantă plus ulei de jojoba, cât să formeze o pastă

Măști proaspete - ingredientele de bază se pot suplimenta cu 2-3% uleiuri esențiale

- pudră de alge fucus plus apă de hamamelis
- făină de ovăz plus miere
- argilă verde plus acid salicilic plus zer (apă minerală)
- proporții egale de aloe vera gel plus miere plus și scorțișoară pudră

5%

- iaurt plus pudră de orez 15%
- iaurt plus vitamina C 2%
- albuș de ou simplu sau cu miere

(rețetele sunt preluate de pe www.elemental.ro , pe care ve-ți găsi și ingredientele necesare preparării rețetelor)

Cum să poți preveni acneea

Mănâncă sănătos.

- Se recomandă consumarea periodică a ceaiului verde deoarece are un conținut ridicat de antioxidanți și substanțe anti-inflamatoare.
- Fructele și legumele proaspete consumate zilnic, au vitamine și minerale care ajută pielea foarte mult, mai ales că aceste alimente stimulează detoxifierea organismului.
- Consumul de apă este esențial pentru detoxifiere și, astfel, pentru eliminarea cosurilor.

Cum se poate trata acneea

Consultul medical dermatologic este obligatoriu. În urma unui set de analize, dermatologul în colaborare cu cosmeticianul va propune o schema de tratament, în funcție de tipul de acnee. Dacă acesta este cauzat de o infecție din organism, probabil se va urma un tratament cu antibiotice. Pe de altă parte, dacă este o problemă hormonală, medicul îți va da un tratament diferit. **Sursa** <http://www.medispa.ro>

CAPITOL 6. Tenul bărbaților

Se știe că testosteronul este cel mai important hormon masculin, iar din cauza lui pielea bărbaților se deosebește de pielea femeilor prin următoarele:

- este cu 20% mai groasă decât cea a femeilor, din această cauză celulele solicită mai multă energie
- conține mai mult colagen, astfel că bărbații îmbătrânesc mult mai târziu decât femeile. Însă la bărbați îmbătrânirea are loc dintr-o dată
- conține mai multe glande sebacee, care produc mult mai mult sebum, de aceea majoritatea bărbaților au tenul gras
- din cauza bărbieritului pielea bărbaților este mai sensibilă decât cea a femeilor

Așa cum tenul femeilor necesită îngrijire, la fel și tenul bărbaților, pentru că pielea lor este supusă aceluiași factori de îmbătrânire ca și a femeilor. Diferența este că unele femei fac mare vâlvă de acest lucru, iar unii bărbați se gândesc că fața lor nu necesită îngrijire.

Până la vârsta de 12 ani pielea fetelor și a băieților este la fel, apoi, datorită modificărilor hormonale, structura pielii bărbaților se schimbă: epiderma devine mai groasă, pielea este mai grasă datorită secreției de sebum mai abundent, firul de păr este mai dur, etc. Țesutul conjunctiv conține mai mult colagen, din această cauză ridurile apar mult mai târziu și îmbătrânirea feței este încetinită și mai puțin vizibilă. Tenul bărbaților este de obicei gras sau mixt. Glandele sebacee produc mai mult sebum, prezența porilor deschiși este mai frecventă, coșurile sunt mai frecvente și apar sub forme mai grave. În lipsa unei îngrijiri adecvate, rămân urme și pete pe față.

Bărbieritul în sine îndepărtează stratul de protecție al pielii și irită epiderma. De aceea după bărbierit pielea devine vulnerabilă câteva ore. Din această cauză pielea se deshidratează și devine uscată, sensibilă și dureroasă. De aceea trebuie evitate produsele care usucă pielea (unele produse pentru bărbierit). Folosirea zilnică a unei creme de față ajută la hrănirea și hidratarea pielii.

Și tenul bărbaților, ca și tenul femeilor necesită îngrijire, pentru că pielea bărbaților este supusă aceluiași factori de îmbătrânire ca și pielea femeilor. În funcție de tipul de ten, de vârstă și de problemele pe care le are pielea, tratamentul facial se personalizează pentru fiecare persoană în parte. Intervalul de tratament, metoda de tratament și produsele folosite sunt stabilite de către cosmeticiană. Tratamentul facial se face o dată la 3 luni sau ori de câte ori este necesar.

Tratamentul cosmetic este un proces de bază al cosmeticii. Iar un tratament bine executat curăță tenul în profunzime, hidratează și hrănește pielea, tonifică mușchii feței, stimulează circulația sanguină. Un tratament prost executat poate provoca o erupție de coșuri, poate lăsa tenul iritat și cu urme. Tratamentul cosmetic se recomandă pentru toate tipurile de ten. Durata tratamentului facial este între 90 - 120 de minute.



CAPITOL 7. Îngrijirea tenului la bărbați

Pentru bărbații care sunt interesați de îngrijirea tenului, aceștia ar trebui să știe că tenul lor poate să fie: normal, uscat, gras, acneeic sau sensibil. Nu există doar ten sensibil, ci: ten normal și sensibil, ten uscat și sensibil, ten gras și sensibil, ten acneeic și sensibil.

Tenul normal - prezintă următoarele caracteristici: este neted, catifelat, fără comedoane, nu are pori dilatați, nu are riduri, nu are zone grase sau uscate și se poate îngriji foarte ușor. Este greșită ideea că tenul normal nu trebuie îngrijit. Pentru bărbații care au tenul normal, se recomandă folosirea produselor cosmetice care nu sunt foarte grase, ci mai degrabă sunt ușoare, hidratante, revigorante și se absorb ușor în piele. Ideală ar fi folosirea cremelor care conțin vitamine și factor de protecție pentru a oferi pielii hidratare, regenerare și protecție.

Tenul uscat - este deshidratat, aspru, cu riduri. Un astfel de ten necesită o altfel de îngrijire decât tenul normal: produsele cosmetice trebuie să fie mai grase, cu conținut ridicat de lipide și vitamine, să nu conțină alcool - pentru că aceasta usucă pielea. Tenul normal poate deveni uscat, dacă consumul de apă este scăzut, dacă aerul din încăperea în care se stă este uscat, dacă tenul nu este îngrijit corespunzător, dacă se folosesc loțiuni astringente după ras, etc.

Tenul gras - se întâlnește îndeosebi la adolescenți. Principala cauză este cea hormonală. Datorită faptului că glandele sebacee produc sebum în exces, porii se dilată, apar punctele negre, coșurile, acneea. În acest caz, trebuie să se folosească produse cosmetice care sunt astringente, sicative și care se absorb repede în piele.

Tenul acneeic - are pori dilatați, pustule, comedoane închistate; pielea este îngroșată, unsuroasă și foarte sensibilă. Este greșit să se stea la soare sau solar, pentru că la început se va observa o ameliorare, ca pe urmă să se producă o erupție de coșuri. Dacă aveți tenul acneeic trebuie să vă adresați medicului dermatolog.

Tenul sensibil - aceasta poate fi: normal, uscat, gras, acneeic. Tenul sensibil necesită o îngrijire deosebită. Un astfel de ten reacționează la factorii externi; astfel, în urma bărbieritului se irită, se înroșește, apare senzația de usturime, mâncărime, etc. Pentru un astfel de ten se folosesc produse cosmetice fără alcool și conservanți, adică produse cosmetice bio. Se recomandă folosirea produselor cosmetice pe bază de plante medicinale, deoarece acestea calmează pielea.

O îngrijire corespunzătoare a tenului din partea bărbaților, presupune: demachierea tenului, folosirea unei creme de zi și a unei creme de ochi, folosirea gomajului, folosirea măștilor faciale.

Tratamentul facial pentru bărbați

Și tenul bărbaților, ca și tenul femeilor, necesită îngrijire, pentru că pielea bărbaților este supusă aceluiași factori de îmbătrânire ca și pielea femeilor.

În funcție de tipul de ten, de vârstă și de problemele pe care le are pielea, tratamentul facial se personalizează pentru fiecare persoană în parte. Intervalul de tratament, metoda de tratament și produsele folosite sunt stabilite de către cosmeticiană, cu acordul clientului. Tratamentul facial se face o dată la 3 luni sau ori de câte ori este necesar.

Tratamentul cosmetic este un proces de bază al cosmeticii. Iar un tratament bine executat curăță tenul în profunzime, hidratează și hrănește pielea, tonifică mușchii feței, stimulează circulația sanguină. Pe când un tratament prost executat poate provoca o erupție de coșuri, poate lăsa tenul iritat și cu urme.

Tratamentul cosmetic se recomandă pentru toate tipurile de ten. Durata tratamentului facial este între 90 - 120 de minute.

Tratamentul facial clasic parcurge următoarele etape:

- clientului i se face o scurtă anamneză, pentru a se cunoaște produsele folosite la domiciliu, sensibilitatea la anumite produse, etc. Totodată se stabilește tipul de ten;

- se demachiază fața și gâtul, apoi se tonifică. Produsele cosmetice folosite sunt adecvate tipului de ten și speciale pentru bărbați;
- urmează expunerea la aburi (vapozone), prin care se urmărește deschiderea porilor pentru a ușura extragerea comedoanelor. Timpul de expunere variază în funcție de tipul de ten. Dacă sunteți proaspăt bărbierit nu aveți voie să stați la vapozone, deoarece vi se va irita fața (pot apărea și complicații);
- se extrag comedoanele (punctele negre), coșurile, de pe: nas, obraji, frunte, bărbie - dacă este cazul. Extragerea se face manual (degete cosmeticianei sunt înfășurate în șervețele sterile);
- dezinfectia, se poate face folosind tincturi diluate - fără conținut de alcool, sau cu ajutorul electrodermului. Se pot aplica substanțe concentrate pentru riduri;
- după extragerea comedoanelor se pensează sprâncenele (dacă este cazul);
- executarea masajului facial, care va cuprinde fața, gâtul, decolteul și zona cervicală sau numai fața timp de 15 - 20 de minute. Se va folosi cremă sau ulei special pentru masaj;
- se aplică masca specifică tipului de ten pentru 20-30 de minute;
- la sfârșit se aplică o cremă de zi cu protecție solară.

CAPITOL 8. Leziunile elementare ale pielii

> **Modificări de culoare (pete)** - pot fi roșii, hipopigmentație (vitiligo), hiperpigmentație (cloasmă)

> **Cu conținut solid**

- sub formă de papule (înțepături de insecte) ;
- sub formă de nodul ce se simte în profunzimea pielii ;
- sub formă de vegetație, cu suprafața aspră, ca de conopidă;

> **Cu conținut lichid**

- limpede - vezicule, herpes ;
- purulent - pustule

> **Cu pierderi de substanțe - eroziuni în piele, rămân cicatrici**

> **Deșeuri cutanate**

- Scoamele - celule superficiale, care se elimină în cantități mari
 - Cruste - prin uscarea unei secreții la suprafața pielii
- > **Cicatrici** - rezultate prin înlocuirea celulelor normale ale pielii cu țesut conjunctiv fibros; pot fi proeminente sau plane.

Toate aceste leziuni se pot trata prin folosirea în mod special a:

- loțiunilor tonice cu alcool
- pudrelor pentru uscarea pustulelor
- mixturilor (amestecuri de pulberi în lichid), care, prin uscare, au un rol sicativ, pentru că au în compoziție antibiotic
- gelurilor (amestecuri ce formează la suprafața pielii o peliculă, fiind recomandate pentru ten gras)
- unguentelor pe bază de antibiotic, care au rol de a înmuia scoamele de la suprafață

Tratamentele cu aceste produse se pot face local sau general. Unguentele se mai pot folosi și la operațiunea de epilat în zonele sensibile, intime. Dintre loțiunile cu efect medicamentos menționăm următoarele :

- mentol
- camfor
- rezorcină
- acid salicilic
- ihtiol (loțiune și săpun)
- alcool 70⁰

CAPITOL 9. Culoarea și aspectul tenului

În cosmetică se știe că există ten deschis și ten închis la culoare. Se mai pot întâlni și alți termeni: ten proaspăt, ten de porțelan, ten ca de trandafir.

1. **Ten Nordic** - se referă la grosimea texturii cutanate, la transparența și finețea acestuia

2. **Ten Mediteranean** - piele mai închisă la culoare, mai groasă, cu pori evidenți

Culoarea pielii este o problema genetică. Pigmentarea este determinată de melanina produsă de celulele pigmentare "melanocitele = melanina".

Melanina 1. eumelanina (pentru culoare închisă)

2. feumelanina (pentru culoare deschisă, persoane roșcate și

blonde); protejează foarte puțin împotriva razelor UV, din acest motiv persoanele blonde și roșcate se ard mai intens la soare. **Există 6 prototipuri de clienți:**

1. Roșcat și blond - se arde și nu se bronzează
2. Blond, cu ochii deschiși sau închiși la culoare
3. Șaten, cu ochii închiși sau deschiși la culoare
4. Brun, cu piele închisă - se bronzează fără ardere
5. Piele pigmentată - mediteraneeană, asiatică
6. Piele neagră

Culoarea tenului depinde și de conținutul de hemoglobină din sânge:

- Hemoglobină săracă în oxigen = ten gri
- Hemoglobină mare = ten roz

Tonalitatea tenului variază pe moment sau pe termen lung, din motive interne sau externe (modificări hormonale, ex: masca de sarcină). Starea de sănătate, vascularizarea pielii și culoarea sunt influențate de afecțiunile cardiovasculare, respiratorii și hepatice. Oboseala, stresul, emoțiile provoacă diverse aspecte ale tenului.

Îmbătrânirea este unul din principalii responsabili ai transformării feței. Odată cu vârsta, epiderma își epuizează resursele în fața soarelui și reacționează diferit. Colagenul și elastina scad și apar ridurile.

CAPITOL 10. Factori care provoacă îmbătrânirea pielii

Îmbătrânirea pielii poate avea 2 forme :

Îmbătrânirea intrinsecă - este un proces fiziologic la care contribuie modificările hormonale

Îmbătrânirea extrinsecă - este determinată de influența factorilor de mediu (soare, poluare), comportamentali (tutun, alcool), folosirea produselor cosmetice neadecvate.

În concluzie, factorii importanți care influențează îmbătrânirea sunt factorii genetici, endocrini, de mediu, comportamentali.

Principalele semne ale îmbătrânirii cutanate sunt:

1. Uscarea pielii legată de dezechilibrul peliculei hidrolipidice
2. Pierderea supleții pielii, prezența ridurilor, cauzată de lăsarea pielii
3. Pierderea tonicității pielii, legată de alterarea fibrelor de colagen și elastină

4. Apariția petelor brune pe mâini, față, corp, decolteu
5. Deshidratarea cutanată
6. Gradul de fragilitate al pielii, susținerea pielii
7. Vizibilitatea rețelei capilare
8. Paloarea tenului

9. Apariția petelor roșii, violacee, pe partea exterioară a mâinilor

Există diferențe majore între pielea bărbaților și a femeilor, caracteristici cu totul particulare. Aceste caracteristici sunt legate de gradul hormonal, pielea este mai groasă la bărbați, mai elastică, mai hidratată. Secrețiile sebacee și sudoripare sunt mai bogate la bărbați.

Bărbații au o piele mixtă sau grasă. Produsele cosmetice la bărbați diferă prin faptul că se folosesc loțiuni mai astringente (în special după ras), cremele de hidratare puternic hidratante și gomaje mai abrazive.

Descrierea ridurilor

Ridurile sunt cute ale pielii sau așa numite pliuri, fiind determinate de o activitate repetată a mușchilor mimicii, în special a mușchilor orbiculari, a mușchiului buccinator, a celui mentonier și a celui de la comisura buzelor.

Apariția ridurilor este influențată de pierderea fermității musculaturii, care se poate accentua prin apariția cutelor, mai ales în zona nazogeniană.

Principalele tipuri de riduri:

A. Riduri de expresie - consecința mișcării de tracțiune a mușchilor superficiali asupra pielii, care își pierde treptat tonicitatea.

1. Ridurile frunții
2. Ridurile laba gâștei (la ochi)
3. Din dreptul nărilor către colțul gurii
4. Riduri orizontale (la nivelul frunții)
5. Riduri verticale (în zona inter- sprâncenoasă)
6. Ridurile șanțului naso-genian
7. Riduri sub formă de paranteză la comisura buzelor
8. Riduri oblice în zona orbiculară internă, pornind de la nas
9. Ridurile verticale de pe zona geniană

10. Ridurile de la nivelul gâtului, riduri circulare, orizontale, care îmbrățișează zona gâtului

11. Ridurile de la nivelul decolteului

B. **Riduri cauzate de atrofia cutanată** - riduri fine, multiple, corespund unor riduri ce apar în raport cu suprafața pielii.

C. **Riduri căzute** - sunt legate de întinderea, apăsarea și o atrofie cutanată a pielii

D. **Riduri cauzate de UV** - care au forma unor cute profunde

E. **Riduri de îmbătrânire** - sunt determinate de procesul de uzură a structurilor elastice ale pielii.

F. **Riduri de emoție** - sunt determinate de stările sufletești negative sau pozitive. Ex: predispoziție la tristețe și melancolie, care favorizează coborârea

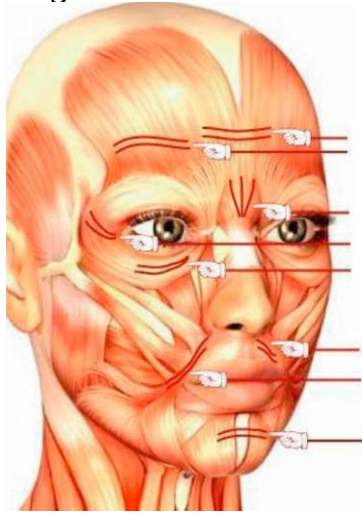
colțurilor gurii; furia determină apariția "ridurilor disperării"- sprâncenele și ridurile de pe frunte formează un V.

Zonele cele mai sensibile sunt reprezentate de:

1. Zona conturului ocular

Conturul buzelor

fig. 12



ridul V intersprâncenar ridul "laba gastei" ridul "punga ochilor"

ridul buzei superioare sântul nazo-labial

Influența factorilor atmosferici, folosirea loțiunilor astringente, respectiv alcoolizate, degradează rapid pielea din jurul zonei oculare, care este foarte fragilă.

În general, produsele folosite pentru tratamentul zonei oculare sunt reprezentate de produse antirid (creme cu lipozomi, serumuri, măști cosmetice oculare, demachiantele specifice oculare)

Tratamentul ridurilor presupune o serie de operațiuni :

- Curățarea zonei faciale, a gâtului/decolteului se realizează cu un demachiant adecvat, dimineața și seara
- Peelingurile (gomajele) sunt bine venite, mai ales cele mai puțin agresive pentru tenul uscat (vegetale, enzimatice) și mai agresive (cu particule) pentru tenurile grase, seboreice, pletorice
- Loționarea este benefică, atât dimineața, cât și seara, în îngrijirea zilnică, prin folosirea produselor de loționare tonice, fără alcool, calmante sau a infuziilor din plante (albăstrele, tei, mușetel).

Pentru evitarea formării ridurilor în jurul zonei oculare este indicat să se aplice o cremă grasă, hrănitoare, emolientă, un ser protector cu lipozomi. În perioadele reci, iarna în special, se aplică seara o cremă grasă pe bază de uleiuri vegetale (de măsline, sau migdale pentru ten gras).

Masajul facial se realizează cu uleiuri vegetale, creme de masaj, cu grupele de măști adecvate tipurilor de ten. Prin masaj sunt prevenite ridurile sau se estompează cele existente.

În general, pentru tenurile uscate se folosesc creme grase, uleiuri, iar pentru tenurile grase se folosesc gelurile calmante pe bază de aloe vera, propolis și antiinflamatoare; se mai folosesc și anumite seruri în masajul facial.

Formatul facial prezintă trei zone :

- Superioară - care pornește de la inserția firului de păr și ține până la nivelul sprâncenelor
 - Medie - de la rădăcina nasului până la orificiile nazale
 - Inferioară - de la orificiile nazale până la moțul bărbiei

Metode de îndepărtare a ridurilor

În afară de lifting, ridurile fine mai pot fi reduse cu ajutorul microdermabraziunii și a peelingului chimic. Cele două produse au rolul de a îndepărta impuritățile și de a întineri pielea.

Microdermabraziunea este un procedeu nechirurgical, ce se practică frecvent în clinicile spa și cabinetele de înfrumusețare, este o metodă de curățare non-invazivă a epidermei, printr-o exfoliere blândă și eficientă, cu ajutorul unui fascicul de microparticule antiseptice de cristale, pregătind pielea pentru absorbția completă a tratamentului specific.

Cristalele poartă denumirea de corindon și prezintă avantajul că sunt de granulații diferite, în funcție de tipul tenului, și că pot lucra la nivele diferite de microdermabraziune.

După tratament tenul capătă aspect de luminozitate, iar straturile interne reacționează imediat (se reaccelerează procesul de reînnoire celulară, este stimulată producerea de celule noi, care înlocuiesc celulele moarte și țesuturile îmbătrânite eliminate în timpul tratamentului).

În domeniul cosmeticii, prin microdermabraziune se înțelege un peeling mecanic al pielii și este cunoscut și sub denumirea de „gomajul de prânz”, fiind o procedură simplă, non-chirurgicală, fără restricții de conduită după aplicare. Scopul urmărit prin microdermabraziune este întinerirea pielii, reducerea cicatricilor minore și îndepărtarea ridurilor fine și a semnelor lăsate de acnee, pielea tăbăcită, petele maronii, roșii sau de la soare.

Ca descriere sumară, procedeul presupune îndepărtarea stratului de celule moarte de la suprafața pielii, pentru a stimula regenerarea celulară și a colagenului.

Microdermabraziunea este o metodă de ablatare superficială a epidermei, având o acțiune dublă:

1. de exfoliere
2. de absorbție, prin stimularea fluxului sangvin, a producției de colagen și elastină, precum și a activității limfatice.

Microdermabraziunea este un pas către o curățare perfectă și profesională a tenului în vederea pregătirii pielii pentru tratament.

Metode de curățare a tenului:

- dermabraziune clasică;
- peeling chimic;
- peeling cu cristale;
- laser peeling.

Microdermabraziunea poate ameliora și îmbunătăți aspectul pielii în cazul unor probleme superficiale, nu este un tratament eficient pentru imperfecțiuni în profunzime ale pielii: cicatrici cheloide (o creștere excesivă a țesutului epidermic, ca rezultat al unui proces agresiv de vindecare, extinzându-se peste limitele leziunii inițiale), vergeturi sau cicatrici profunde cauzate de o acnee agresivă.

Tehnica combină o abraziune blândă cu aspirația, realizând o exfoliere și o reîntinerire a tenului.

Când se poate apela la microdermabraziune?

- discromii: hipo-/ hiperpigmentare;
- tonalitate sau textură neuniformă a pielii;
- existența aspectului de piele obosită, ten tern;
- tratarea keratozelor (îngroșarea excesivă a primului strat de la suprafața epidermei) ;
- formele ușoare și medii de acnee retențională (porii pielii sunt astupați de sebum, iar infecția nu este prezentă sau este minimă) ;
- cicatrici postacneice superficiale;
- unele vergeturi;
- puncte negre și pori dilatați;
- pete solare;
- linii fine de expresie sau riduri fine;

Când nu se recomandă microdermabraziunea?

- nu este o metodă adecvată pentru cicatricile cheloide, existând riscul de stimulare a creșterii țesutului cheloid (formarea în exces de țesut nou în zona cicatricei);
- nu este adecvată pentru semnele lăsate de o acnee agresivă (cicatrici asemănătoare celor lăsate de varicelă);
 - rozaceea activă;
 - fragilitate capilară;
 - existența unor leziuni vasculare în zona tratată;

- cancer de piele;
- herpes activ;
- piele lezată sau traumatizată;
- nu este o metodă de îndepărtare a țesuturilor formate în exces la nivelul pielii;
- nu se recomandă adolescenților (sub 14 ani) și femeilor însărcinate, până la stabilizarea echilibrului hormonal;

Peelingul chimic este o tehnică neinvazivă (nechirurgicală) pentru a restaura o față ridată, pătată sau distrusă de soare, utilizând o soluție chimică care va îndepărta straturile superficiale ale pielii. Noile celule care se formează în timpul procesului de vindecare produc o suprafață a pielii mai netedă, mai întinsă, și cu aspect mai tânăr.

Peelingul chimic poate fi utilizat pe toată fața sau în regiuni specifice, cum ar fi fruntea sau aria din jurul gurii. Nu trebuie considerat un substitut pentru un lifting facial - nu elimină pielea lăsată și în exces - dar mulți oameni pot beneficia de ambele proceduri. Există mai multe tipuri de soluții chimice utilizate în peeling printre care numim fenolul și acidul tricloracetic. Acestea sunt unele din cele mai puternice soluții și se folosesc doar de medici specialiști.

Fenolul

Peeling-ul cu fenol se utilizează pentru a trata riduri fine faciale, pete ale pielii cauzate de sarcină, anticoncepționale, boli virale, expunerea la soare, alte forme de distrucții cronice ale pielii cauzate de soare, incluzând și afecțiuni precanceroase ale pielii. Pentru că pătează ariile tratate ale pielii, fenolul este utilizat pentru peeling-ul întregii fețe sau poate fi folosit pe arii limitate ale feței, pe o piele unde contrastul cu ariile netratate să nu fie atât de evident. Fenolul este utilizat exclusiv la față. Dacă se utilizează la gât sau în altă parte a corpului poate cauza cicatrici.

Acidul tricloracetic (TCA)

Peeling-ul cu TCA este utilizat pentru suprafețe ridate mai delicate și pentru pete superficiale. Rezultatele sunt mai puțin dramatice și de mai puțină durată decât în peeling-ul cu fenol, dar există și avantaje, de exemplu adâncimea peelingului poate fi ajustată, depinzând de nevoile pacientului; poate fi utilizat și la gât și în alte părți ale corpului; este de preferat la pacienții cu pielea mai închisă și pentru peeling-ul ariilor mai restrânse ale feței; durează mai puțin; perioada de recuperare este mai scurtă; poate fi repetat de multe ori.

CAPITOL 12. Procesele ce stau la baza unui tratament cosmetic

1. Procesul de curățare
2. Procesul de hidratare și tonifiere
3. Procesul de hrănire

Demachierea - reprezintă un procedeu complex prin care se îndepărtează de pe epidermă praful, impuritățile încrustate în stratul cornos, deșeurile cutanate, reziduurile fardurilor, surplusul de grăsimi epidermice, precum și transpirația.

Acestui procedeu îi sunt destinate următoarele produse de demachiat, încadrate în trei categorii: loțiunile spumoase, cremele demachiante, emulsiile sau laptele demachiant, precum și loțiunile bifazice destinate zonei oculare. Acest procedeu va debuta cu operația de demachiere a ochilor, cu ajutorul loțiunii demachiante pentru ochi și a laptelui demachiant. Această operație este recomandată pentru îndepărtarea fardurilor, rimelului, conturului ochilor și pentru calmarea ochilor obosiți.

Vom aplica o dischetă umezită cu infuzie de albăstrele, tăiată pe din două sub ciliile pleoapei inferioare. Rugăm clienta să-și închidă ochii, după care, cu ajutorul bețișoarelor cu vată înmuiată în lapte demachiant, vom îndepărta rimelul de pe gene cu mișcări de sus în jos, până se curăță perfect, apoi se îndoaie discheta peste gene și se îndepărtează ștergând genele din nou. Cu o dischetă înmuiată în loțiunea demachiantă de ochi sau bifazică, vom îndepărta fardul de pe pleoapa superioară prin mișcări circulare, precum și de pe sprânceană, procedând identic și la ochiul celălalt.

Demachierea buzelor se realizează cu ajutorul unei dischete sau al unui tampon de vată învelit în tifon și înmuiat în lapte demachiant. Ștergerea se realizează prin mișcări circulare repetate, iar cu mâna se susțin mușchii din regiunea învecinată.

Pentru restul feței se aplică o mică cantitate de lapte demachiant într-un bol de plastic sau portelan, iar cu ajutorul paletelor sau a degetelor, police și index, se aplică pe față, gâtul și decolteul cliente în anumite direcții. De la moțul bărbiei spre ureche, de la comisura gurii la ureche, de la comisura gurii spre șanțul nazolabial până aproape de unghiul intern al ochiului, de-a lungul arcadei zigomatice până la tâmplă. După această întindere prin mișcări de dute-vino, se execută mișcări de efflurage, pe față și decolteul cliente, pentru a ajuta amestecul demachiantului cu impuritățile de pe față și decolteu, îndepărtarea acestuia de pe piele se va realiza cu ajutorul tifonului sau a prosoapelor de hârtie speciale.

Ținând seama de tenul matur, pletoric al cliente, avem datoria de a realiza o demachiere mai profundă, aplicând o loțiune, și de a repeta procedeele precedente de curățare, cu mențiunea că îndepărtarea acestei loțiuni se va efectua

cu o infuzie de plante și cu ajutorul tifonului.

Gomajul - reprezintă procedeul cosmetic, mecanic sau chimic, care are rolul de a completa curățarea superficială, prin îndepărtarea celulelor moarte, a surplusului de grăsimi, redându-i pielii netezire, luminozitate, catifelare și o mai bună penetrare a produselor în piele. Aplicarea gomajului se va efectua prin introducerea în borcan a unei palete; niciodată nu se va introduce mâna în recipientii cu produse cosmetice, deoarece se poate altera și deteriora calitatea produsului.

Produsul se aplică pe tenul și decolteul cliente, evitând zona oculară și a pleoapelor, iar prin mișcări circulare, produsul aplicat acționează pe aripile nasului, bărbie, zona geniană, frunte și decolteu, până când acesta penetrează în piele. Îndepărtarea acestuia de pe suprafața pielii se va efectua cu multă grijă, ajutată de infuzia de plante, precum și de tifoanele și bureții de celofibră. Îndepărtarea gomajului de pe piele trebuie să fie perfectă, orice urmă a gomajului deranjând și iritând pielea în timpul masajului.

Această îndepărtare a reziduurilor cu ajutorul infuziei, ceai de plante sau apă termală, este urmată obligatoriu de o ștergere, o palpăre, mângâiere, pentru a simți eventualele resturi ale gomajului. Gomajul mecanic se mai poate folosi acasă de către clientă de 2-3 ori pe săptămână, pentru tenul gras, și o dată pe săptămână, pentru o piele normală. Folosirea gelului exfoliant crește receptivitatea tenului la procedurile și produsele de îngrijire din tratament.

Acesta îndepărtează în totalitate celulele moarte ale pielii. Curăță și purifică epiderma, revigorând tenul și redându-i strălucire și prospețime. Gelul exfoliant (peeling) conține granule sferice, fine și inerte, care permit gomajului eliminarea particulelor moarte din piele, purificând și curățând tenul. Mentolul (răcoritor) și camforul (calmant) purifică și redau tenului luminozitate și mai multă receptivitate la celelalte produse de îngrijire zilnică.

Aplicarea de acizi pe față nu este tocmai plăcută dar, în ciuda aparențelor, aceasta este fundamentul procedurii cosmetice cunoscută sub numele de **PEELING**.

Se mai poate utiliza peelingul chimic, această procedură estetică adresându-se în special corectării ridurilor fine din jurul ochilor și al gurii, a ușoarelor cicatrici, a hiperpigmentării cauzate de vârstă, expunere la soare sau tulburări hormonale. Aplicarea peelingului se realizează cu ajutorul unei pensule, conform instrucțiunilor de utilizare, aplicând peste zona de acțiune a peelingului o folie de plastic, pentru ca acesta să nu reacționeze cu oxigenul (O₂).

În funcție de profunzimea la care acționează peelingul, acesta poate fi de trei feluri: **peeling superficial**, care îndepărtează epiderma și care se folosește în tratamentul acneei, pentru curățarea porilor, precum și în tratarea și atenuarea petelor; **peeling mediu**, care acționează adânc, îndepărtând epidermul până în apropierea dermului; folosit în special în tratamentul ridurilor mai profunde, folosindu-se acizi în concentrații mai mari și fenoli; **peeling profund** - care penetrează mai profund în derm și care este executat în cabinetele dermato- cosmetologice.

Diferența dintre gomaj și peeling este aceea că gomajul este un amestec de substanțe mai abrazive, cu efecte mecanice, prin fricționare cu pulpele degetelor pe suprafața pielii, fricționarea realizându-se în toate zonele,

exceptând zona oculară și a buzelor, iar peelingul reprezintă un proces de exfoliere superficial, mediu sau profund cu acizi.

Dupa această operație de curățare profundă se poate trece, dacă este cazul, la pensat, operație la care se ține cont de forma feței.

Extracția comedoanelor - reprezintă operația cea mai delicată, deoarece prin acest procedeu se definitivează procesul de curățare al pielii și se pregătește tenul în vederea masajului facial, rezultatul acestuia depinzând de calitatea curățării cutanate prealabile, respectiv eliberarea de deșeuri cutanate, impurități sau a surplusului de sebum.

Extracția comedoanelor este foarte importantă. La un ten caracterizat prin hipersecreție de sebum, pori dilatați, extragerea comedoanelor trebuie făcută cu multă răbdare și minuțiozitate. Extragerea comedoanelor și a filamentelor se face cu ajutorul tifoanelor sau a compreselor sterile speciale, începând cu zonele sensibile, unde pielea este mai subțire, ordinea fiind următoarea: regiunea ochilor, nas, frunte, obraji, bărbie, decolteu.

Extragerea trebuie efectuată cu multă atenție și răbdare, extragerea putând dura cca 10-20 minute, și trebuie realizată cu delicatețe, cu conștiinciozitate, nu brutal, ci prin manevre suple, evitând zdrobirea țesutului cu vârful unghiei.



tircomedon (fig.13)

După extragerea comedoanelor va urma o loționare cu o soluție astringentă, cu o concentrație de alcool care poate depăși 15-20%, și care poate fi compusă din: camfor 0,25 ml, acid boric 3 g, alcool 30 ml, mentol 0,10 g, acid citric 3 g, apă distilată până la 100 ml. Această soluție preparată este indicată tenului cu pori dilatați și cu tendință acneică. În mod obligatoriu, după această loționare se va trece la o ședință de 2-3 minute de dezinfectie perfectă a regiunii pe care s-a lucrat, cu un aparat de înaltă tensiune, numit ELECTRODERM. Acesta, în contact cu pielea, produce scântei și ozonizează țesutul, activează circulația sanguină, calmează iritațiile pielii.

Trebuie menționat faptul că un proces necorespunzător de curățare, sau un proces realizat superficial, creează bariere de absorbție. Realizând condițiile necesare pentru a înlesni absorbția de substanțe, prin degresarea suprafeței cutanate și golirea foliculilor polisebacei, precum și prin îndepărtarea celulelor moarte, se va recurge apoi la mijloace mecanice (masajul facial), care vor înlesni pătrunderea substanțelor active în straturile profunde ale pielii, unde vor acționa eficient, stimulând și revitalizând țesutul cutanat.

Procesul de hrănire - este unul dintre procesele cele mai importante, de care depinde aspectul frumos și sănătos al pielii, datorită modului complex de acțiune.

Acest procedeu de hrănire se bazează mai mult pe absorbția la nivelul pielii a diferitelor produse aplicate pe aceasta. Pătrunderea substanțelor în straturile profunde ale pielii, prin circulația sanguină și limfatică, se poate realiza prin activarea circulației sanguine și limfatice. Modul cel mai eficient de pătrundere îl reprezintă activarea prin metode mecanice și fizice, știind că nutriția pielii este legată de această circulație.

Procesul de hrănire - se face prin următoarele operații:

- aplicarea cremelor nutritive în timpul masajului
- aplicarea măștilor cosmetice vitaminizante, biologic active (cu principii active, vitamine, enzime, acid hialuronic, ulei cu azulenă, ulei de măsline etc).

CAPITOL 13. Aparatele folosite în cosmetică

Sunt de doua feluri 1. Aparat pasive

2. Aparat active

1. **Aparate electrice pasive** - curentul electric pune în funcțiune aparatul, ca sursă de energie, dar nu acționează direct asupra pielii.

2. **Aparate electrice active** - curentul electric acționează direct asupra pielii.

Vapoforul - aparat pasiv care produce vapori de apă. Vaporizarea este utilizată în cosmetică pentru înmuierea stratului cornos, deschiderea porilor, ușurând astfel curățarea prin extracție a comedoanelor datorită căldurii

degajate de aerul cald, care activează circulația sangvină. Cu ajutorul acestui procedeu, pielea transpiră, eliminând toxine, și odată cu ele îndepărtându-se și impuritățile.

Electrodermul este un aparat de înaltă frecvență, cu scânteieri de ozonificare. El este prevăzut cu electrozi de sticlă de diverse forme: ciupercă, rulou, pieptene, sub formă de ac (pentru cauterizări). Prin acțiunea scânteilor ce se produc între electrozi și piele se obține în cursul tratamentului o serie de efecte stimulatorii. Intensitatea activității electrodermului este reglată de un buton, pornind de la 0,1,2,3,4,5 - cât suportă clienta. Se lucrează pe fața clienței maximum două-trei minute, și se folosește aparatul după extracția de comedoane pentru dezinfectare, închiderea porilor, ozonificare, activarea circulației sangvine. Se mai poate lucra cu el în timpul schemei de tratament.

Galvanodermul este un aparat electric activ care se folosește în dezincrustări (curățarea pielii grase, seboreice).

Lampa cu ultraviolete este folosită în cosmetică pentru producerea unor radiații în concentrații mai mari, în special la tenul gras, cu tendință acneică, pentru asanarea infecției microbiene sau pentru a bronză culoarea pielii. Razele ultraviolete nu sunt folosite în zona ochilor, deoarece reacțiile lor pot produce conjunctivite sau sensibilizarea ochilor.

Vapozonul este un aparat electric pasiv care produce vapori de apă ozonizați.

Ionodermul este un aparat electric activ care realizează ionizarea, cu ajutorul fructelor proaspete (portocale, banane, pepene), lucrându-se cu jumătăți de fruct prinse în agrafele electrozilor, astfel realizându-se o tonificare și o hidratare mai puternică. Fructele se aleg în funcție de natura tenului (ten gras - fructe astringente: portocală, grapefruit; ten uscat: banană, pepene galben, piersică, pară).

PH metrul este un aparat care determină pH-ul pielii. Valorile pH-ului se înscriu pe o scară de la 0-14. Sub valoarea 7 este zona de aciditate, peste 7 zona de alcalinitate, iar 7 este neutru. Pielea sănătoasă are reacție ușor acidă, pH de 5,5, determinarea lui realizându-se pe o piele perfect curată, nu cu machiaj.

Ultrasunetele se refera la frecvențele unui spectru de sunete dincolo de gama sonora umana, care incepe de la 16 kHz (kilohertz) pana la 1.6 Ghz (gigahertz). Undele ultrasonice intotdeauna au nevoie de un mediu pentru a se propaga. Acesta poate fi aer, apa sau alt solid ori lichid. In general, ultrasunetele se propaga ca si asa numitele unde longitudinale.

Pentru tratamentele cosmetice si medicale, exista doua moduri de folosire a ultrasunetelor :

- ultrasunetele continue : in acest caz, sunetul este produs continuu si se produce la o anumita frecventa si amplitudine (putere) a semnalului.
- ultrasunetele sub forma de impulsuri : in acest caz, pulsuri discrete sunt produse de o anumita frecventa si amplitudine.

Un avantaj al ultrasunetelor continue este ca mereu implica o reactie termica. Trebuie totusi avut grija cand operam cu amplitudini foarte mari, totusi - daca ultrasunetele raman prea mult timp intr-un punct pe tesut, atunci poate duce la o asa numita « pata fierbinte » (o incalzire puternica sau in exces a acelu punct).

(Sursa <http://www.skindream-titanium.com>)

Oxygen hyperbaric - Tratamentul cu oxigenul hiperbaric este o tehnica de infuzie percutanata de oxigen si principii active cum ar fi: acid hyaluronic, vitamine, aminoacizi, etc. prin intermediul unui aparat dotat cu un generator care transforma aerul in oxigen pur hiperbarizindu-l (aducindu-l la o presiune superioara fata de cea atmosferica de 1 bar). Din compartimentul hiperbarizant pleaca un manipulator asemanator unui pistol pneumatic, care pulverizeaza gazul astfel obtinut pe piele cu un sistem de intensitate graduala stabilita de operator. Tratamentul cu oxigen hiperbaric este absolut natural, non invaziv, relaxant , nu altereaza mimica si expresivitatea fetei.

(Sursa <http://www.desprespa.ro>)

Mezoterapia - derivat din greacă: mesos însemnând mijloc și therapeia, a trata medical - este un tratament nechirurgical, ce constă în injectarea unor cantități foarte mici de substanțe homeopate, vitamine, aminoacizi și enzime în mezoderm, adică în stratul mijlociu al pielii. Absorbția prin piele a substanțelor nutritive în cazul aplicării de creme este de doar 10%. Pielea

este un obstacol important pentru substanțele străine care intră în organism, stratul cornos, cel mai superficial, deținând rolul determinant în funcția de barieră a pielii.

Mezoterapia penetrează această barieră prin injectarea direct în piele, la nivelul țesutului de mijloc al pielii, respectiv mezoderm, sau în țesutul subcutanat a unor minidoze de vitamine, minerale, medicamente convenționale sau homeopate, standardizate, extracte vegetale naturale, aminoacizi, acid hialuronic, pentru a trata specific o varietate de afecțiuni. Aceasta este mezoterapia invazivă, adică prin injectare, dar mai există și mezoterapia noninvazivă

.Mezoterapia noninvazivă se realizează prin electrodermoporație, cea mai utilizată dintre proceduri. Ea crește gradul de difuzie a substanțelor prin stratul cornos al pielii, prin „deschiderea” unor „uși” electrice, care sunt declanșate de emiterea de impulsuri electrice de frecvență radio - nedureroase - prin intermediul unei piese ținute în mână. Canalele sau „ușile” electrice sunt deschise temporar pe membrana celulelor și permit astfel produselor să fie introduse prin piele, ajungând direct la țintă, adică la celulele „îmbătrânite”, „stresate”, care au nevoie de „întăriri”, de revigorare.

Radiofrecvența (RF) - se bazează pe capacitatea undelor electromagnetice de anumite frecvențe și intensități de a genera energie și induce încălzirea anumitor structuri moleculare din țesuturile dermice și sub-dermice. Aceasta încălzire selectivă are ca efect scurtarea și deci întinderea fibrelor de collagen existente în derm și hipoderm, precum și stimularea apariției de noi fibre de collagen, prin stimularea colagenogenezei la nivelul fibroblaștilor. Este un tratament non-invaziv, care aplicat corect nu influențează stratul superficial al pielii, epidermul, și ale cărui efecte se fac simțite progresiv în lunile următoare sesiunilor de tratament, aceste efecte rămânând vizibile pentru perioade de până la 2 ani.



fig. 15

Utilizarea curenților electrice în cosmetică:

Curentul continuu - este foarte utilizat în cosmetică, în tratamentul tenului gras, pentru dezincrustări, sau pentru ionizări, având ca rezultat tonifierea și rehidratarea pielii.

Curentul alternativ - este folosit pentru scânteieri cu electrozi de sticlă, în special la aparatul electroderm.

Curenții interferențiali - produc excitații care iau naștere în profunzimea țesuturilor, determinând contracții musculare nedureroase. gimnastică musculară și vasculară, deci o tonifiere a țesuturilor în profunzimea pielii.

Aparatul de aspirație tip SEBASPIR: este pasiv și este dotat cu o pompă de aspirație, un dispozitiv de reglare a puterii de aspirație. Acest aparat se folosește pentru curățarea tenului, ca o completare a peelingului sau gomajului.

La procesul de curățare a tenului se folosesc niște ventuze cu deschidere mai mare sau mai mică, în funcție de suprafața pe care dorim să o lucrăm.

CAPITOL 14. Plan de diagnoză - evaluarea pielii și determinarea tipului de piele

Pentru a face acest plan de diagnoză trebuie să respectăm anumiți parametri:

1. cercetarea vizuală a pielii:
2. suprafața pielii pe zone (structură)
3. strălucirea pe zone
4. natura porilor

5. gradul de vascularizare
6. inestetisme și particularități
7. grad de pigmentare
1. **Suprafața pielii pe zone** - dacă pielea este fină, medie, cu textură neregulată, cu pliuri, cu riduri sau cute adânci.
2. **Strălucirea** - pot fi tipuri de piele strălucitoare uleioase, slab strălucitoare și fără strălucire. Suprafața pielii în zona T poate fi :
 - slab uleioasă - uleioasă - lipsită de grăsime
 În afara zonei T, pomeți și zona geniană, suprafața pielii poate fi aspră, uscată, cu proeminente, cu comedoane, pustule, alunițe.
 - I. Tonusul și gradul de hidratare pot fi:
 - bine hidratat - mediu hidratat - deshidratat
 - II. Reacția pielii - gradul de sensibilitate
 - sensibilă - moderat sensibilă - insensibilă
 - III. Interogarea clientului
 - senzație de prurit - înroșirea pielii - aspect de descuamare
 - IV. Stabilirea tipului de piele și a stării ei
 - piele uscată - piele grasă ceroasă - piele grasă uleioasă
 - piele mixtă - piele sensibilă - piele pretențioasă
3. **Natura porilor** - porii pot fi mici, medii și mari
4. **Gradul de vascularizare** - vascularizare puternică, normală și slabă
5. **Inestetisme și particularități** - pustule, comedoane, acnee, cicatrice, grad de pilozitate (hipertricoză), milium, xantelasma
6. **Pigmentația** - pete hepatice, de îmbătrânire, pistrui (efelidele), vitiligo și alte inestetisme.

CAPITOL 15. Chimia cosmetică

Întâlnim 6 forme de întreținere: 1. Lichide 2. Pudre

3. Suspensii 4. Geluri

5. Coloranți 6. Săpunuri

1. Cele lichide se împart în:

Loțiuni apoase, care conțin apă în combinație cu alte substanțe cum ar fi: extract de plante, alcool, minerale. Loțiunile pot fi astringente, tonice cu alcool sau tonice fără alcool.

Uleiuri - sunt de origine animală și vegetală.

- ulei de avocado - care conține vitamina A, B, C
- ulei antirid, folosit în cremele adresate tenului matur și sensibil
- uleiul de arahide - bogat în vitamina E cu efect regenerant, se folosește în tratamentul tenurilor în curs de îmbătrânire
- uleiul din germenii de grâu - are un conținut ridicat de vitamina A, E, F, pătrunde foarte repede în piele, fiind folosit în compoziția cremelor nutritive
- uleiul din semințe de struguri - efect antirid cu vitamina E
- uleiul de soia - folosit la prepararea cremelor hidratante
- uleiuri și grăsimi animale - ulei din ficat de pește - este folosit la prepararea produselor calmante, antiinflamatoare, la prepararea măștilor nutritive și pentru tratamentele tenului sensibil

Emulsiile - se compun din 2 elemente - apă și o grăsime sau ulei.

2. **Pudrele** - sunt preparate cu efect de ascundere a imperfecțiunilor feței și paloare a feței

3. **Suspensiile** - conțin substanțe solide, cum ar fi pudre dispersate în lichid

4. **Gelurile** - se întâlnesc sub formă de măști sau produse de penetrare antiinflamatoare

5. **Coloranții** - îi întâlnim în compoziția săpunurilor, pudrelor și a altor produse cosmetice, nu trebuie să irite pielea și să nu formeze reacții adverse cu secrețiile pielii.

CAPITOL 16. Produsele cosmetice necesare unui tratament cosmetic

1. **Demachiantele (emulsiile de curățat)** - sunt produse grase ce se folosesc în tratamentul zilnic, destinate fiecărui tip de ten, fără a penetra în piele

- geluri purificatoare - folosite la pielea grasă
- loțiuni bifazice - pentru ochi și pentru zone sensibile

2. **Gomajele** - care sunt mecanice și chimice

- mecanice - acționează datorită mișcărilor manuale efectuate circular la nivelul feței, gâtului, decolteului. Ele conțin mici granulații (alge micronizate, pudră de sâmbure , etc).

- chimice - sunt numite și cheratolitice, enzimatice, peelinguri - conțin substanțe active ca enzime, acizi din fructe, care acționează asupra celulelor moarte

3. **Loțiunile** - sunt preparate lichide folosite obligatoriu după demachiere în vederea degresării pielii, ele fiind împărțite în mai multe grupe:

a) loțiuni tonice cu alcool

b) loțiuni tonice fără alcool

După tipul de ten - loțiuni hidratante - loțiuni emoliente - loțiuni calmante

- loțiuni astringente - loțiuni de depigmentare

- loțiuni medicamentoase - loțiuni cu grad alcoolic ridicat

Exemple de loțiuni :

- hidratantă - suc de castravete și miere de albine - pentru ten uscat și normal;

- pentru ten pigmentat - loțiune de mărar și pătrunjel (infuzie) + suc lămâie

- pentru ten pătat - apă oxigenată + suc de lămâie în cantități egale

- loțiuni medicamentoase ce conțin mentol, camfor, ihtiol

- loțiuni emoliente - miere de albine 2 lingurițe + ulei de gălbenele sau de măsline pentru ten uscat și pentru ușurarea extracției comedoanelor.

4. **Măștile cosmetice** - amestecuri de diverse substanțe de consistență lichidă, semi-lichidă sau vâscoasă, care au aspectul unei smântâni și se aplică pe o piele curată. Se aplică în tramentul cosmetic, are efect de hidratare, calmare,

închiderea porilor, de depigmentare, pentru un ten neted, catifelat, atenuarea ridurilor, pentru a reda elasticitatea pielii.

În funcție de efectele acestora măștile sunt :

- Măști cosmetice hidratante
- Măști emoliente
- Măști astringente
- Măști absorbant - sicative
- Măști nutritive
- Măști vitaminizante
- Măști medicamentoase
- Măști biologic active
- Măști calmante

5. **Cremele** - sunt produse destinate îngrijirii pielii cu efect hidratant, emolient, de reglare a sebumului, creme de depigmentare, de stopare a infecției microbiene, de masaj și uleiuri nutritive pentru masaj.

Sunt două categorii de creme - creme de zi și creme de noapte.
mediu de lucru ...an

CAPITOL 17. Fișa clienței

Fișa individuală de îngrijire cosmetica

Nume.....

Prenume.....

Profesie.....

Data nașterii: zi...luna

Adresa.....

Stare civilă.....

Servicii la care apelează.

68 | Page

Obiceiuri de îngrijire acasa.....

Frecvență.....

DIAGNOSTIC

Aspect morfologic

Forma feței (rotundă, ovală, triunghiulară, etc).....

Culoarea

o Părului.....
o Ochilor.....
o Tenului (predominantă).....
Granulația pielii
o Normală
o Granuloasă, aspră, cu scoame
o Hipercheratoză
o Neregulată
Temperatura.....
Pilozitate
o buza superioară
o bărbie
Secrețiile
o Hipersecreție sebacee
o hiposecreție sebacee
o secreție normală
Concluzie
o Tipul de ten
(ten uscat, normal, gras, asfixic, deshidratat).....
o Palpare superficială
(catifelat, aspru, rugos).....
Palpare profundă (suplu, elastic, flasc).....
Imperfecțiuni inestetice
o (pori dilatați, comedoane, etc).....
Tonicitate
o (bună, relativă, flască).....
Tulburări ale pielii
o Congenitale.....
o Dobândite.....
o Vasculare (cuperoză).....

- o Pigmentare (pistrui, pete) **Diverse**
- o Frunte.....ochi.....gură.....obraji
- gât.....
- o Expresie.....
- o Tonus muscular (frunte, obraji, gât).....
- o Alte deficiențe.....
- o Tratamente recomandate la salon.....
- o Durata tratamentului.....
- o Tratament recomandat acasa

CAPITOL 18. Scheme de tratament

Schemă tratament la tenul uscat sensibil (exemple de produse folosite)

- Demachiere - cu gel calendula sau cu spumă demachiantă (demachiantul trebuie sa fie usor, pentru ten sensibil)
- Loțiuni - loțiune cu aloe vera (sau lotiune remineralizantă, este important sa nu fie o loțiune agresivă. Fiecare gamă de produse profesionale pe care o folosiți are produse specific pentru fiecare tip de ten/piele)
- Peeling - enzymatic Gerald (sau mai recomand de la Afrodita, ClinikCare, Gerovital . Sunt unele dintre produsele testate de mine cu care am avut rezultate bune folosindu-le)
- Ștergerea peelingului se va face cu apă caldă până la îndepărtarea totală de pe față a peelingului
- Se poate aplica "Cactus gel" (poate fi procurat de la Floritene) în vederea înmuierii stratului cornos și expunerea la baia de aburi 5-7 min
- Loțiuni cu loțiune tonică sau apă termală

- Extracția comedoanelor, apoi dezinfectare cu șervețele dezinfectante și /sau loțiuni cu o loțiune ușor alcoolizată
- Se lucrează cu electrodermul peste o fiolă de colagen, elastină, lipozomi sau acid hialuronic
- Masajul se execută cu o cremă vitaminizată sau nutritivă
- Aplicarea măștii cosmetice ce poate conține azulenă, colagen, castană de India sau vitality mask în vederea hrănirii pielii
- Ștergerea măștii
- Aplicarea loțiunii tonice sau a apei termale
- Aplicarea cremei cu SPF

Schema de tratament completă pentru ten gras

Pielea îngroșată, seboreică, cu multe inestetisme, implică folosirea unei scheme de tratament cosmetic complet.

- Demachierea - se va face cu spumă , săpun sau gel care au ca rol curățarea și degresarea tenului
- Lotionarea - se face cu loțiune tonică cu/ fara alcool
- Aplicarea cremei scrub/peelingului - crema scrub poate fi cu particule de diferite dimensiuni, dar se poate folosi și un peeling enzimatic înainte sau după extracții
- Ștergerea peelingului/ cremei scrub se va face cu apă caldă până la îndepărtarea totală de pe față
- Zona oculară se va proteja cu o cremă grasă în momentul expunerii la vapozone
- Expunerea la baie de aburi (vapozone), pentru fiecare tip de ten în parte se expune o anumită perioadă de timp (ten uscat 7-8 min ,ten normal 5 min, ten cuperozic maxim 5 min dar ideal ar fi sa se foloseasca comprese sau creme pentru deschiderea porilor, ten gras 8-10 min)
- Extracția comedoanelor - la tenurile foarte încărcate nu este indicat să se extragă toate comedoanele , caci pot fi provocate leziuni ale pielii.
- Dezinfectarea se va face cu șervețele dezinfectante sau cu bețișoare înmuiate în loțiune dezinfectantă, localizat (doar pe punctele unde s-au facut extracții)
- Aplicare fiole sau seruri calmante (ce pot conține extracte de iris, azulenă, aloe vera , etc) peste care se lucrează cu electrodermul
- Masajul facial - la un ten excesiv de încărcat de face cu pudră. Masaj scurt (până la bărbie) se face în jur de 10-15 min, masajul lung (pana la decolteu) 15-25 min
- Se aplică masca cosmetic, care poate fi : astringent, hidratantă, absorbant- sicativă (pe bază de caolin, argilă în combinație cu alte citrice)
- Ștergerea măștii prin umectare până la îndepărtarea totală de pe față (le tenul gras putem folosi apă mineral, după care zvântăm tenul)
- Aplicare apă termală sau loțiune tonică cu un spray sau vacuum spray (se poate folosi și apă minerală)
- Aplicare cremei care poate fi hidratantă, nutritivă , de protecție
- Acum se poate executa vopsitul genelor și sprâncelor și pensatul , având grijă de degresăm sprâncenele înainte de a le vopsi.

CAPITOL 19. Importanța cremei în cosmetică

Cremele se pot folosi pentru toate tipurile de ten (uscat, gras, mixt, cuperozic, sensibil etc). Cremele cosmetice pot fi clasificate astfel :

a) **după compoziție** - pe bază de lanolină, stearină, cetaceu, cu glicolat de amidon

b) **după cantitatea de grăsimi** - creme grase - semigrase - creme uscate

c) **după scopul folosirii** - de demachiat - de albit - antirid - antisolare - hidratante - pentru masaj - nutritive (vitaminizante și cu hormoni)

d) **după modul de preparare** - prin amestecarea la rece a ingredientelor - prin saponificare (emulsionare) la cald

Emulgatorii care ajută la fixarea apei de către substanțe grase sunt boraxul, trietanol-amina și twinul. Substanțele grase folosite la prepararea cremelor pot fi de origine animală, vegetală și minerală:

- Animală - ceară de albine, lanolină, cetaceu, stearină
- Vegetală - ulei de măsline, migdale, floarea soarelui

- Minerală - ulei de parafină (din reziduurile de petrol) Condițiile îndeplinite de o cremă de calitate :
 - Să fie inofensivă
 - Să nu conțină substanțe iritante sau săruri de bismut, mercur
- Să aibă putere de penetrare, obținând o absorbție cât mai bună și hrănirea epidermei
- Să poată încorpora substanțe biologice ca vitamine, hormoni, etc. și să permită intrarea lor în piele
 - Să fie preparate din materii prime de bună calitate
 - Să fie adecvată tenului și să aibă o acțiune emolientă
 - Să nu rânzească ușor
 - Să nu fie prea parfumată (alergizează și pătează)

Exemple de creme și compoziția unei creme:

Cremă pentru ten gras ceară 15 gr ulei parafină 50 ml borax 1gr apă distilată 50 ml ulei lavandă 0.50 ml

Cremă pentru ten uscat ceară albă 17 gr Stearină 17 gr Ulei măsline 55ml

Apă distilată 20 ml Ulei lavandă 1 ml

Cremele nutritive sunt adresate tenurilor mature, peste 40 ani, care își pierd elasticitatea și încep să se rideze. Aceste creme au în compoziția lor substanțe biologice ca vitamine, hormoni, polen, lăptișor de matcă, extracte vegetale.

Vitaminele A, E, F se găsesc în toate cremele nutritive, iar vitamina B6 se întâlnește foarte mult în cremele adresate tenului acneic, având proprietăți antiseboreice.

Tenurilor uscate li se recomandă în special creme emoliente, hidratante, grase, vitaminizante. Tenurilor grase li se recomandă creme stearate de zi sau creme care au la bază stearina - reduce cantitatea de sebum, sau creme cu extracte naturale cu efect astringent.

Coldcremele sunt creme de zi și se folosesc sub pudră. Ele sunt emulsii de apă, într-un amestec de grăsimi solide (ceară) și lichide (ulei de parafină), indicate pentru îngrijirea tenurilor normale și mixte, ca și a celor sensibile la lanolină.

La prepararea lor se folosesc: ceară, cetaceu, stearină, ulei de parafină, boraxul emulgator și apa distilată în proporție de 25-50%. Din cauza cantității mari de apă pe care o conțin, ele produc pe piele o senzație de răceală, de unde provine și denumirea de cold care, în limba engleză înseamnă rece. Ele se recomandă să se folosească ziua sub pudră, dar se pot utiliza și noaptea pentru tenurile uscate și deshidratate.

Cremele grase - se folosesc cu succes în cazul tenurilor uscate, deshidratate, ofilite, conținând un procent de apă în funcție de gradul de uscăciune al pielii.

Cremele uscate - se folosesc în cazul tenurilor grase seboreice. La prepararea lor se folosește stearina, de unde și denumirea de stear (în greacă = seu).

Ele au un conținut de apă de cca 80% și un conținut mic de substanțe grase. Unse pe piele, dispar imediat, de aceea se mai numesc și evanescente. Se prepară prin saponificarea stearinei cu ajutorul amoniacului. Aceste creme pot fi albe sau se pot colora. Se mai pot folosi și pentru îngrijirea mâinilor, picioarelor și călcâielor. Dacă li se adaugă substanțe grase (lanolină, cetaceu), se pot obține creme semigrase și pentru alte tipuri de tenuri.

Cremele de noapte - aceste creme sunt impropriu numite astfel, deoarece nu se recomandă menținerea lor pe față în timpul nopții, pentru ca tenul să poată respira normal. Se poate aplica crema seara, dar se va șterge după circa o oră.

Tenul foarte uscat poate menține crema pe față și noaptea, de 3 ori pe săptămână.

Cremele de curățat sau pentru albit - se întrebuințează în cazurile prescrise de medic sau cosmetolog, timp de 10 zile pe lună, cu pauză de 10 zile, și se va repeta după 10 zile.

Cremele nutritive (cu vitamine, hormoni, lecitină) - după o anumită vârstă pielea își pierde elasticitatea și începe să se rideze. Pentru preîntâmpinarea ridurilor se recomandă cremele nutritive, care stimulează funcțiile pielii. În cosmetica modernă și-au făcut loc întrebuințarea așa numitelor substanțe biologice active ca: vitamine, hormoni, fitohormoni,

extracte placentare, polen, lăptișor de matcă, care influențează direct procesele vitale ale pielii.

Vitaminoterapia, ca și hormonoterapia, dau astăzi rezultate bune. Cele mai folosite vitamine sunt : A, D2, E, F, B6.

CAPITOL 20. Loțiunile

Sunt preparate lichide în compoziția cărora pot intra substanțe active și substanțe medicamentoase. Loțiunile se folosesc pentru degresarea pielii dimineața și seara, pentru activarea circulației și îndepărtarea ultimelor creme. După substanțele folosite la preparare ele pot fi: astringente, tonice, emoliente și degresante.

Se folosesc pentru îngrijirea tenului gras ca degresante, pentru închiderea porilor, și ca demachiante pentru toate tipurile de piele. Sunt în general soluții alcoolice și slab acide, alegerea lor făcându-se în funcție de natura tenului.

Tenurile uscate sau normale vor beneficia de loțiuni apoase sau slab alcoolice, în care concentrația alcoolului să nu depășească 25 %.

Cu cât tenul este mai gras, cu atât concentrația alcoolului se mărește, dar nu trebuie să depășească 40-50%. Loțiunile se mai folosesc și pentru curățarea tenului de impuritățile din timpul zilei.

Exemple de loțiuni pentru tipurile de ten:

1. Loțiune tonică pentru ten uscat, normal

a. Suc de castraveți 20 ml + lapte 20 ml

b. Miere de albine 6 gr + alcool 70° 24 ml + apă distilată 70 ml

2. Loțiune tonică pentru ten uscat, alipic, deshidratat

Suc castravete 50 ml + 1 lg miere

3. Loțiune pentru ten gras

Suc mărar + pătrunjel 20 ml + 1 lg miere + 1 lg suc de lămâie (pentru ten uscat se poate exclude lămâia)

4. Loțiune hidratantă pentru ten uscat, matur, și pentru gât și decolteu

Suc morcov 20 ml + 1 lg miere albine

Pentru depigmentare se folosesc uleiul, infuziile și decocturile de păpădie, uleiul de morcov presat la rece, etc.

5. Loțiune tonică răcoritoare

Această loțiune tonică, foarte ușor de preparat în casă, este recomandată tenului normal spre mixt, însă are rezultate foarte bune în îngrijirea tenului gras, cu pori dilatați.

Ingrediente:

- 1 linguriță flori de tei
- 1 linguriță de frunze de salvie uscate
- jumătate de cană de apă
- câteva picături de lămâie
- 1 linguriță de miere

Florile de tei și frunzele de salvie se opăresc și se lasă la infuzat timp de 10 minute, după care se strecoară și se lasă amestecul la răcit.

Este recomandat să adăugăm mierea și lămâia abia după răcirea preparatului, întrucât temperatura ridicată le stirbește din puterea curativă. După obținerea preparatului final amestecați bine și păstrați soluția la frigider. Aplicați pe fața curățată în prealabil și bucurați-vă de proprietățile antiseptice și răcoritoare ale acestei loțiuni pentru față.

CAPITOL 21. Peelingul

To peel - a exfolia, este sinonim cu cuvântul gomaj. Exfolierea reprezintă una din metodele de tratament estetic pentru repararea pielii și a oferi un aspect mai tânăr. Peelingurile se folosesc în scopul îndepărtării stratului de celule cornoase, activează la nivel superficial, dar pot activa și în profunzime. Ele mai au rolul de a pregăti pielea în vederea penetrării mai rapide a ingredientelor active din cremele nutritive, serumuri, măști cosmetice. Se realizează de 2 ori pe săptămână pentru pielea grasă și o dată pe săptămână pentru pielea uscată.

La realizarea peelingului cosmeticiana trebuie să țină cont de protecția oculară prin aplicarea unor dischete din bumbac umectate într-o infuzie calmantă (tei, albăstrele) pe zona oculară.

Clasificarea peelingurilor:

1. Peelinguri mecanice
2. Peelinguri enzimatice biologic și vegetale

3. Peelinguri chimice 1. Peelingurile mecanice

- se adresează tenurilor grase, prin acțiunea mecanică a unui masaj superficial cu acea cremă scrub cu particule de diferite dimensiuni
- este interzisă folosirea peelingurilor mecanice pe un suport de piele acneică
- este foarte important să se dea o atenție mărită îndepărtării pericolelor în totalitate de pe suprafața facială prin spălări sau loțiuni repetate. Aceste particule pot fi întâlnite în crema scrub sau geluri
- unele pot fi folosite înaintea vaporizării sau chiar în timpul producerii vaporilor

2. Peelingul enzimatic biologic, vegetal

- accelerează procesul de regenerare celulară fără a vătăma pielea.
- se aplică tuturor tipurilor de ten, redând luminozitate și un aspect curat și catifelat pielii
- au în componența lor anumite enzime ce distrug celulele moarte prin degradarea proteinelor și lipidelor (ex: papaya, creatina, pancreatina)
- pot fi întâlnite direct în produs sau peelingul enzimatic poate avea 2 componente: gelul și pulberea respectivă
- unele peelinguri enzimatice pot fi folosite acoperite de o măscuță protectoare sau o folie de plastic, enzima acționând mai bine.

3. Peelingul chimic (superficial)

- determină distrugerea stratului epidermei de la suprafața pielii
 - are la bază o concentrație mai mică de acizi (acid glicolic, acid malic, acid tartric în concentrație 5, 8, 10 %).
 - se folosește pentru cazurile grave, cum ar fi după o acnee, pentru cicatrici
- Peelingul chimic poate acționa superficial, mediu sau în profunzime
- Peelingul superficial și ușor mediu - este efectuat de către cosmeticiană.

În peelingul superficial acidul glicolic îmbunătățește textura pielii, scoate ușoare pete de pigmentare, catifelează pielea și îndepărtează unele aspecte de descuamare a pielii. Când se folosește un peeling pe bază de AHA este indicat să se folosească și loțiunea cu AHA și crema, astfel încât efectul să fie benefic.

Peelingul chimic profund - este efectuat în cabinetele dermato-cosmetice, pe bază de acizi cu concentrații mărite, cum ar fi acidul tricoloracetic. Înlătură ridurile fine, cât și pe cele profunde, înlătură leziunile pigmentare și cicatricile acneice. Substanțele chimice acționează până la nivelul dermului. Este indicat ca în tratamentele cu peeling chimic cosmeticiana să lucreze cu mănuși sterile.

1. Gomaj (peeling) pentru ten gras

Scrubul dedicat tenului gras, pe bază de mălai și lime, ajută la îndepărtarea celulelor moarte și la curățarea porilor, învăluind pielea într-o aromă proaspătă de lămâie. Ingrediente:

Jumătate de ceașcă de iaurt slab + un sfert de ceașcă de mălai de porumb + 2 lingurițe de suc de lime (lămâie verde) + o linguriță de pulpă de lime

Se amestecă iaurtul și mălaiul până la obținerea unei paste cremoase. Se adaugă sucul și pulpa de lime. Se aplică masca pe față, gât și decolteu, masând ușor. Se clătește după 15 minute cu apă caldă.

2. Gomaj pentru ten mixt

20-30 g flori de tei se fierb în 500 ml apă până scade la jumătate; se adaugă 2-3 lingurițe de mălai cernut. Pasta obținută se întinde pe obraz și se freacă în special porțiunile mai grase

3. Gomaj pentru ten gras și mixt

Albuș bătut spumă + 2-3 linguri de ovăz fulgi + jumătate lingură suc de lămâie + 1 lingură argilă

4. Gomaj pentru ten uscat

Cu o mână de flori de tei se face infuzie în 100 ml apă, se temperează și se pun 2-3 linguri de făină de in (sau tărață cosmetică, din care s-a scos pulberea de făină)

5. Gomaj pentru ten uscat

2 linguri de tărațe + 1 lingură bicarbonat de sodiu

Se stropește amestecul cu apă minerală sau infuzie de mentă, brad etc., după care se pun 2 pansamente sterile și se fricționează pielea după vaporizare. Bicarbonatul de sodiu are rolul de a aduce sebumul la suprafață și a-l saponifica.

CAPITOL 22. Măștile cosmetice

Măștile cosmetice sunt amestecuri omogene de substanțe solide și lichide, de consistența unei smântâni.

În lupta pentru frumusețe se preparau măști din: ouă, lapte, miere, fructe. În cosmetica modernă, aplicarea lor reprezintă o metodă eficientă de tratament, cu condiția ca ele să fie preparate corect, adecvate tipului de ten și aplicate cu regularitate. Au o acțiune emolientă, hidratantă, calmantă, decongestionantă, tonifiantă și siccativă.

Măștile cosmetice stimulează circulația sângelui, regenerează țesuturile, închid porii și atenuează ridurile.

Caolinul - este un praf alb-gălbui, loțiune calmantă poate fi folosită pentru tenurile grase.

Calciul carbonic - praf astringent amestecat cu caolinul sau apa minerală, folosit pentru ten gras

Oxidul de zinc - praf alb aderent, absorbant, folosit la măștile absorbant - siccative

Nămolurile - rezultate din substanțe de origine vulcanică, cu acțiune revitalizantă și biostimulatorie.

Parafina - se întrebuintează la prepararea măștilor prin topire; folosită în special pentru tenurile uscate, alipice.

Clasificarea măștilor

În funcție de efectele pe care le au, măștile pot fi clasificate în:

- măști hidratante - măști emoliente - măști de depigmentare
- măști biologic active - măști calmante - măști absorbant siccative
- măști astringente - măști medicamentoase

Condițiile pe care trebuie să le îndeplinească o mască cosmetică sunt :

- a) Să fie compusă din materii proaspete;
- b) Să fie inofensive, să nu conțină substanțe toxice sau substanțe alergizante;
- c) Să se aplice în raport cu natura tenului;
- d) Să formeze o pastă moale, fără grunji, fără miros neplăcut;
- e) Să se întindă uniform pe piele;
- f) Să se usuce repede și să se îndepărteze ușor;
- g) Să prezinte putere de penetrare în piele;
- h) Să hidrateze foarte bine straturile pielii;
- i) Să redea luminozitatea tenurilor ;
- j) Să redea efectul de calmare tenului cuperozic;
- k) Să prezinte efecte de închidere a porilor și să diminueze sebumul;
- l) Să aibă o temperatură suportabilă când sunt folosite calde, pentru a nu produce arsuri.

Măștile cosmetice mai pot fi clasificate, în funcție de ten, în două grupe: reci și calde.

a) **Tenul gras** - are nevoie de mască rece cu acțiune absorbantă și efect de îndepărtare a sebumului.

ex mască: 1. caolinul (carbonat de calciu sau magneziu) + infuzie de mușetel (muguri de brad).

2. 1 lingură suc portocală + 1 lingură argilă

b) **Tenul gras asfixic** - are nevoie de mască rece, cu acțiune absorbantă și efect de îndepărtare a dopurilor cornoase din orificiile pilosebacee.

Ex mască: 1. albuș de ou bătut spumă cu 5 picături de suc de lămâie .

2. mască astringentă - 1 lingură suc de roșii + caolin sau argilă

3. 1 lingură de iaurt + argilă = pastă omogenă, ce poate fi

aplicată pe

ten

c) **Ten gras cu pori dilatați** - are nevoie de mască rece cu efect de închidere a porilor.

Ex mască : 1. drojdie de bere cât o nucă + 1 linguriță de iaurt + 5 picături suc de lămâie

2. albuș spumă + 3 lingurițe suc de lămâie + 1 linguriță caolin

3. 1 lingură brânză de vaci + 1 lingură sare bucătărie + 1 lingură suc de roșii + 1 lingură argilă.

d) **Ten acneic** - are nevoie de măști reci, acțiune astringentă, cicatrizantă,

efect bactericid. Substanțele folosite sunt: caolin, carbonat de calciu, magneziu, ihtiol (10 -15 picături) sau apă minerală.

Ex : 1. caolin + suc de vișine sau de gutuie

2. drojdie de bere + 1 lingură suc de lămâie

3. 1 aspirină efervescentă + 2 linguri de argilă + 1 linguriță de zeamă de lămâie + 2 lingurițe de miere

Se lasă aspirina să se dizolve în sucul de lămâie. Se amestecă cu argilă până se formează o pastă. La sfârșit se adaugă mierea și se amestecă până se omogenizează. Se aplică pe tenul curățat în prealabil și se lasă să acționeze aproximativ 20 de minute sau până se simte că s-a uscat masca. Se clătește cu apă caldă. Dacă se doresc rezultate rapide și mai bune, se pregătește în prealabil o infuzie de brusture și se clătește fața cu aceasta.

e) **Ten uscat alipic** - are nevoie de măști calde, cu acțiune hrănitoare, cu efect de regenerare celulară și capilară.

Ex : 1. gălbenuș ou + 5 picături vitamina A

2. Galbenus ou + 1/2 lingură miere + 1 lingură caimac lapte (10 - 15 min)

f) **Ten uscat deshidratat** - are nevoie de mască caldă cu acțiune hidratantă, cu efect de diminuare a ridurilor superficiale.

Ex: 1. mască ten uscat matur: 1 fiolă lăptișor matcă + 1 lingură polen + 10 g drojdie bere

2. mască ten ridat (uscat) : 1 lingură mărar fiert în 50 ml lapte, apoi pasat + 1 lingură polen granule; sau - 2 linguri pulpă morcov + 1 lingură miere + 1 lingură smântână.

3. mască cu miere pentru piele foarte uscată
 Ingrediente: 2 lingurițe de miere + o linguriță lapte + un gălbenuș de ou
 Se bate gălbenușul de ou, adaugă mierea și laptele și se amestecă până se omogenizează. Se aplică amestecul pe fața curată și se lasă să se acționeze timp de 20 de minute. Clătește cu apă caldă sau cu ceai de mușetel cald și aplică o cremă hidratantă.

g) **Tenul pletoric** - are nevoie de mască rece, cu acțiune absorbantă, cu efect de îndepărtare a sebumului și închiderea porilor

h) **Ten casectic** - are nevoie de mască caldă, cu acțiune emolientă, hrănitoare, cu efect de calmare, regenerare și hidratare.

Ex : 1. - 1 linguriță brânză de vaci + 1 linguriță miere de albine

2. - drojdie de bere + 1 linguriță miere + 4 picături ulei măsline

3. - ulei germe de grâu + 2 rondele banană pasate

i) **Ten cuperozic** - are nevoie de mască caldă, cu acțiune decongestivă, cu efect de calmare

Ex : 1. făină de in + lapte praf + miere albine

2. făină de orez + ulei de măsline

3. decoct de mărar + lapte praf

Alte tipuri de măști

Mască pentru albire (ten pistruiat): 10 gr drojdie bere + 1 gălbenuș ou + 1 lingură suc de lămâie

Mască pentru albire ten pătat, pistruiat: 20 gr drojdie bere + 1 lingură țărâțe grâu + 3 linguri suc de lămâie

Mască de față cu avocado pentru ten mixt sau tern

Pentru întreținerea tenului mixt sau pentru a da un pic de strălucire sănătoasă pielii tale, poți încerca o mască pe bază de avocado, bogată în vitamina E.

Ingrediente: Avocado + Iaurt natural + Suc de lămâie

Se alege un avocado copt, se taie o felie din el și se pisează bine. Se amestecă cu o linguriță de iaurt natural, fără fructe, și se adaugă o linguriță de suc de lămâie. Dacă tenul este sensibil, pătat de la soare sau de la acnee, se poate adăuga și o linguriță de miere, pentru a se obține o mască foarte hrănitoare, care va lăsa pielea curată și strălucind de sănătate.

Mască cu argilă pentru ten normal

Masca cu argilă poate fi folosită pentru ten gras și mixt, în combinație cu suc de castraveți și lămâie, însă dă rezultate excelente și în cazul tenului normal, dacă este folosită cu ingrediente hrănitoare, precum laptele și smântâna.

Ingrediente: 2 lingurițe de argilă + 2 lingurițe de lapte + 1 linguriță de smântână

Se amestecă argila și laptele cald până se transformă într-o pastă. Se adaugă smântâna și se omogenizează bine. Se aplică pe tenul curat și se ține masca până se usucă. Se clătește cu apă caldă și se aplică o cremă hidratantă.

Mască anti-rid cu spirulină

Ingrediente: 1 capsulă de spirulină + 1 lingură de miere (ten normal sau

sensibil) sau 1 lingură de smântână grasă pentru tenul uscat + 1 capsulă vitamina

A + 1 capsulă vitamina E

Se amestecă ingredientele până se obține o pastă omogenă și se aplică pe fața curățată în prealabil. Păstrează masca pe față timp de 20 de minute.

Mască pentru ochi

2 linguri lapte praf + 1/3 miere + 2,3 picături vitamina C Sau:

Suc de castravete + 2 linguri lapte praf + 2-3 picături vitamina C.

Pentru ochi roșii și oboșiți se aplică rondelile de castravete pe ochi.

Modul de aplicare al măștilor cosmetice

Pentru ca o mască să aibă efect binefăcător, trebuie ca ea să fie adecvată tipului de ten și să fie aplicată pe un obraz perfect curat. Curățarea se efectuează cu o cremă demachiantă sau cu un lapte demachiant.

Demachierea este urmată de ștergerea obrazului cu un tampon de vată înmuiat în infuzie de plante, sau mai bine, de o pulverizare. În cazul tenurilor mixte este nevoie să se aplice două feluri de măști: pe porțiunile grase măști astringente, iar pe porțiunile uscate măști emoliente.

Întinderea măștii pe față - se face cu pensula, exceptând gura, ochii, nările, sprâncenele. Pe ochi se pun comprese de ceai de mușetel (dischete umectate în infuzie), în jurul lor se unge cu cremă, ulei, etc.

Se aplică în strat gros și uniform în următoarele direcții:

- De la moțul bărbiei spre maxilarul inferior;
- De la comisura gurii spre ureche;
- Sub bărbie dus-întors;
- De-a lungul arcadei zigomatice până la tâmpile;
- Pe lateralele nasului, de la bază în sus;
- Regiunea frontală, dus-întors;
- Pe gât și pe decolteu.

Înmuierea măștilor - se va face prin pulverizări sau comprese bine îmbibate în infuzie sau apă minerală. Îndepărtarea trebuie făcută ușor, pentru a nu irita pielea, cu dischete demachiante sau bucăți de tifon înmuiate în apă caldă, după care se aplică comprese reci, pulverizări cu apă termală sau minerală, apoi o cremă de zi protectoare.

Efectele măștilor cosmetice sunt variate, în funcție de substanțele care intră în compoziția lor, putând avea efecte de:

- ' Curățare prin îndepărtarea surplusului de sebum și a celulelor moarte;
- ' Tonifiere, când conțin substanțe ce acționează asupra fibrelor elastice și musculare;
- ' Calmare și decongestionare;
- ' Hidratare (când sunt apoase produc înmuierea și hidratarea pielii);
- ' Activarea glandelor sebacee (când sunt aplicate calde);
- ' Închiderea porilor (când sunt aplicate reci și conțin substanțe astringente).

CAPITOL 23. Procedee de extracție a principiilor active din plante și legume

1. Infuzia 2. Decoctul 3. Macerația 4. Digestia 5. Tincturile

^ **1. Infuziile** - se prepară din părțile aeriene (flori, frunze, tulpini) ale unei plante. În general se folosește aproximativ 1 linguriță plină, bine îndesată, la un pahar cu apă. Planta se aruncă peste apa în fierbere, se stinge focul, vasul se acoperă și se lasă cca 15 minute, după care se filtrează.

2. **Decocturile** - se prepară din produsele vegetale cu țesuturi lemnoase (rădăcini, scoarțe, fructe tari). Se folosesc aceleași cantități ca la infuzii. Produsul vegetal mărunțit se adaugă peste apa în fierbere, numai că de data aceasta focul nu se stinge și se continuă fierberea aproximativ 30 minute, se filtrează imediat, fierbinte, completând apa care s-a evaporat.

3. **Maceratele** - se prepară la rece în cazul produselor vegetale cu mucilagii. Se țin legumele, fructele în diferite soluții (ex : lapte, alcool) o anumită perioadă, de la câteva ore la câteva zile.

4. **Digestia** - (plămădeala la cald), spre deosebire de macerație, este o plămădeală la cald, la o temperatură de 50-60 de grade. Prin acest procedeu se prepară uleiuri din unele plante. Într-un vas se așază planta, peste care se toarnă ulei de floarea-soarelui. Acest vas se introduce în baia de apă în fierbere, ținându-se 2 ore și amestecându-se compoziția din când în când. După preparare și răcire, uleiul se strecoară, păstrându-se la loc răcoros, în sticlute astupate. Printre cele mai utilizate plante se numără:

albăstrelele, arnica, brusturele, cimbrisorul, coada șoricelului, gălbenelele, hameiul, levănțica, trandafirul, urzica.

5. Tincturile - plantele mărunțite se pun la macerat cu alcool diluat de 70°. Cantitatea de plante folosită este în general de 20 g %. Se lasă la macerat 7 zile, amestecându-se din când în când, apoi se strecoară și se trece prin hârtie de filtru.

CAPITOL 24. Cum se păstrează calitatea pielii în funcție de vârstă

La 18 - 20 ani tratamentele cosmetice vizează prevenirea și întârzierea primelor riduri.

La 25 - 30 ani ridurile încep să apară sub formă de riduri de expresie în jurul ochilor și gurii, fiind cauzate de zâmbete și încruntări. La această vârstă încep să apară radicalii liberi, care au o acțiune negativă asupra pielii. Ei atacă colagenul și elastina, substanțe care mențin hidratarea pielii, catifelarea și suplețea.

Radicalii liberi au influență negativă asupra țesuturilor epiteliale, asupra formării celulelor noi, ducând la formarea ridurilor. Celulele pielii încep să se altereze și culoarea pielii se schimbă, de aceea cremele folosite trebuie să conțină un factor de protecție.

După 30 ani tratamentele și îngrijirea pielii la această vârstă are ca obiectiv conservarea capitolului frumusețe pentru o perioadă îndelungată.

Primul semn de îmbătrânire nu îl reprezintă ridurile, ci alterarea culorii, apariția petelor. De la această vârstă este indicat să se realizeze procesul de exfoliere al celulelor moarte.

Între 40 - 50 ani o atenție deosebită se acordă pielii gâtului și decolteului, acestea fiind curățate cu demachiant și loțiune tonică, apoi masate cu o cremă nutritivă. Pentru protecția zilnică a pielii este indicată crema hidratantă.

După 50 ani sunt indicate produse cosmetice care revigorează și tonifică pielea, de asemenea o atenție deosebită se acordă zonei oculare. Sunt indicate produsele cosmetice cu principii active, deoarece ciclul de celule noi scade și este bine să se folosească produse pe bază de retinol, acesta fiind forma pură a vitaminei A, având efect de reducere a ridurilor.

Retinolul - accelerează regenerarea celulelor, normalizează înmulțirea celulelor și îmbunătățește elasticitatea pielii. De asemenea, uleiurile naturale oferă protecție pielii și sunt folosite cu succes în masajul facial, încorporate chiar în creme.

CAPITOL 25. Penetrarea produselor în piele

Penetrarea produselor cosmetice cu acțiune vitaminizantă se poate realiza atunci când tenul este supus unei curățări în profunzime (demachiere, gomaj, extracție, dezinfectare).

Căile de penetrare sunt următoarele:

1. *Ruta trans-celulară - printre celule*
2. *Ruta intracelulară - printre lipidele intercelulare*
3. *Rutele anexe ale pielii - prin orificiile glandelor sudoripare*

Produse de penetrare

1. *Creme* 2. *Seruri* 3. *Măști*

Rolul cremei hidratante - este de a hidrata tenul, lucru care trebuie să înceapă încă din adolescență, deoarece tenul este ca un burete uscat, care își pierde aspectul neted și se încrețește. Crema hidratantă întârzie apariția ridurilor, protejează tenul împotriva agresiunilor externe, dar face și filmul hidrolipic.

Rolul filtrelor UV în creme - la filtrarea razelor solare care accelerează îmbătrânirea, tenul se îngroașă și apar ridurile, deoarece își pierde elasticitatea

Rolul măștilor cosmetice - este de hidratare, înlăturare a secrețiilor sebacee, îedare a aspectului de luminozitate și efect de lifting.

Rolul cremelor de noapte - este indicat să se folosească începând cu vârsta de 30 ani. Cremele de noapte constituie un tratament de refacere, în timp ce crema de zi are efect protector. Cremele de noapte tonifiante, nutritive, refac epiderma cu ajutorul principiilor active (vitamina A, acizi din fructe și diverși activi drenanți). Cremele de noapte nu au filtru UV, noaptea se refac celulele, tenul devine mai permeabil, mai receptiv și se poate hrăni cu principii active mai ușor.

Rolul serului - ajută la refacerea funcțiilor slăbite ale pielii, în special la trecerea de la un anotimp la altul. Este recomandat să se folosească înaintea cremei de noapte în cazul tenului obosit, stresat, devitalizat.

Rolul cremei anti-age - ajută la combaterea apariției ridurilor, la îmbunătățirea tonusului și a luminozității; se adresează tenurilor mature, devitalizate. Sunt special concepute pentru zona oculară și zona facială.

CAPITOL 26. Dermato-preparate folosite în cosmetică și substanțe medicamentoase folosite

Dermato-preparatele sunt folosite în cabinetele dermato-cosmetice și pot fi împărțite în mai multe categorii :

1. *Preparat antimicrobiene*

e

2. *Preparat antimicotice*

e

3. *Preparat antiinflamatoare*

e

4. *Preparat cheratolitice*

e

5. *Preparat epitelizante*

e

6. *Preparat astringente*

e

7. *Preparat antiseboreice și*

e antiacneice

8. *Preparat de depigmentare*

e

9. *Preparate pe bază de vitamine*

10. *Preparate cu enzime și hormoni*

1. **Preparatele antimicrobiene** - se folosesc în mod special în procesul de dezinfectare al pielii, în tratamentul dermatologic (eczeme, acnee). Dintre substanțe menționăm : oxidante, colorante, antibiotice.

- Oxidante - peroxidul de hidrogen, peroxidul de zinc, peroxidul de benzoil, folosite în soluții diluate.
- Colorante - cristalul violet și foxina. Se folosesc în foarte multe soluții sau unguente (ex: unguent cu rivanol)
- Antibiotice - aplicate local, sub formă de unguente și pulberi (rezorcină, tetraciclină, unguent cu foliculită , etc)

2. **Preparate antimicotice** - sunt folosite în scop protector, decongestionant

și în afecțiuni ca eczeme, eriteme, dermite și arsuri. Au efecte antiseptice, astringente și cicatrizante. Substanțe folosite: sulfat de zinc, oxid de zinc, sulfat de aluminiu, sulfat de cupru.

3. **Preparate antiinflamatoare** - conțin hormoni și sunt utilizate în tratamentul infecțiilor antiinflamatorii ale tegumentului cutanat. Conțin corticoizi (nidazol - unguent, hidroxycortizonul - unguent , flocinolon - unguent).

4. **Preparate cheratolitice** - sunt indicate în trei situații :

- îndepărtarea depozitelor scoamoase de pe suprafața pielii
- îndepărtarea stratului cornos îngroșat în dermatoze hiper-cheratozice (psoriazis, eczeme)
- tratamentul prin exfoliere (peeling) cu substanțe cheratolitice

Ex. preparate: 1 - acid salicilic 12 gr + acid lactic 6 gr + vaselină 100 gr 2 - acid salicilic 1 gr + săpun verde 5 gr + vaselină 20 gr

Tratamentele de exfoliere se pot aplica în formele de acnee și piele dermatizată, pigmentată și cu efelide, fiind folosite ca substanțe rezorcina și sulfură. În concentrație mai mare acidul salicilic are o acțiune de exfoliere, de albire antimicotică. Substanțe folosite: oxid de zinc, rezorcină, sulfură de pirofosfat, camfor.

5. **Preparate epitelizante** - favorizează procesul de cicatrizare, fiind folosit

în unele forme de dermatoze, diverse leziuni, arsuri având la bază substanțe cu acțiune cicatrizantă, ce accelerează vindecarea. Substanțele folosite sunt: vitamina A, ulei din germen de porumb, corticoizi. De asemenea sunt recomandate produsele pe bază de propolis, cum ar fi: cremă, spray.

6. **Preparate astringente** - sunt folosite cu scop protector în afecțiuni ca eczemele și dermatitele. Efectele acestora sunt antiseptice, astringente și cicatrizante.

7. **Preparatele antiseboreice și antiacneice** - sunt indicate în cazul tenurilor excesiv de grase, cu forme și de coșuri, aceste preparate fiind loțiuni ce au la bază sulfură, oxidul de zinc, tinctura de benzoe, mentolul, camforul.

8. **Produsele de depigmentare** - se folosesc pentru decolorarea petelor pigmentare, în special în cazul efelidelor și masca gravidei (cloasma). Dintre produsele folosite enumerăm perhidrolul și soluția de hidrochinonă.

9. **Preparate pe baza de vitamine** - în tratamentul dermatologic se folosesc vitamine din grupurile B, C, D, E, F, H, PP. Vitamina A are un rol important la menținerea structurii normale a epiteliului cutanat.

- Vitamina A (retinol), vitamina C - au efect oxidant și de regenerare a țesutului
- Vitamina B1 - se folosește în elitroze, eriteme, prurit, zona zoster
- Vitamina B2 - se folosește în dermatoze și chielite
- Vitamina B6 - se folosește în dermite seboreice, acnee

10. **Preparate cu enzime și hormoni** - produsele pe bază de enzime acționează asupra pielii, ajutând îndepărtarea pielii necrozate, degradate. Au și

efect decongestiv și epitelial. Exemplu de enzime: pepsina, tripsina, pancreatina, pe acestea le întâlnim în peelingurile enzimatic. Cele cu hormoni acționează în tratamentul dermatologic și cosmetic, cu efect cicatrizant pentru refacerea epidermei.

CAPITOL 27. Dermatitele

Dermatita - inflamație a pielii, afecțiune ce se poate caracteriza printr-o multitudine de simptome. Ex : pe suport de piele uscată înroșire puternică (hiperemie), prurit, diverse cruste și leziuni exfoliante, diverse vezicule (leziuni cu conținut lichid).

Există mai multe tipuri de dermatită, în funcție de factorul declanșant care o produce.

Dermatita de contact

Dermatita de contact este o reacție cutanată inflamatorie cauzată de contactul extern cu o substanță chimică. Inflamația poate fi indusă prin mecanism non- imunologic(iritativa), în majoritatea cazurilor, sau imunologic (de hipersensibilizare). O forma specială o constituie dermatita de fotocontact, care implică activarea substanței respective de către radiația solară.

Dermatitele de contact (iritative și alergice) reprezintă 80% din patologia dermatologică profesională.

Fiziopatologie

Dermatita de contact prin mecanism de hipersensibilizare reprezintă din punct de vedere imunologic și clinic o reacție imună mediată celular. Histologic este caracterizată prin inflamație cu acumulare de limfocite Th activate și formarea de microvezicule în epiderm.

Antigenul poate fi demonstrat în 30% din cazuri prin teste epicutane patch. În restul cazurilor, inflamația este probabil produsă prin expunere cronică la iritanți, care induc formarea și eliberarea de citokine din celulele epidermice stimulate.

Etiopatogenie

Dermatita de contact este mai frecventă la femeile cu vârstă cuprinsă între 20 și 40 ani. Incidența este probabil în creștere. Frecvent dermatita de contact este asociată bolnavilor cu dermatită atopică, deoarece aceștia și cei cu piele uscată prezintă risc crescut pentru apariția dermatitei iritative la nivelul mâinii.

Evoluția este deseori cronică cu exacerbări. În faza acută, pruritul este sever și apar microvezicule epidermice. În faza cronică domină crustele și uscăciunea pielii. Dermatita de contact apare de obicei la mâini, mai ales interdigital și pe față dorsală a degetelor. În aceste zone epidermul este subțire și distanța între exterior și sistemul imun este mai mică. Leziunile pot să apară și pe față, gât, gamba și picior și alte zone expuse la antigene și/sau iritanți.

Dermatita de contact profesională apare la indivizii cu expunere importantă la iritanți cutanați. Tinerilor cu dermatită atopică manifestată sau în antecedente li se recomandă evitarea următoarelor profesii: bucătari, coafori/frizeri, mecanici, brutari, laboranți, din industriile de mobilă, a cărnii și pescuitului.

Diagnostic

Diagnosticul se bazează pe anamneza și examenul clinic. Testul cutanat patch este necesar pentru depistarea eventualelor alergii. Cele mai frecvente 10 antigene sunt: nichel, tiomersal, parfumuri, cobalt, formaldehida, balsam de Peru, colofoniu, isotiazolona, crom și tiuramix.

Diagnosticul diferential

Eczema de la nivelul mâinilor nu este întotdeauna cauzată de un contactant chimic. Eczema endogena (sau mai precis non-exogenă) este caracterizată de vezicule palmare care cuprind și fața palmară a degetelor. Se mai numește eczemă veziculară a mâinilor, pompholyx și eczemă dishidrotica. Recăderile apar la 2-8 săptămâni, chiar dacă se evită toți iritanții cutanați.

Destul de frecvent, acești pacienți asociază o dermatită de contact cu eczema devenind o combinație de eczemă endogenă, alergie de contact și dermatita iritativă. Aceste forme pot fi severe și durează mai mulți ani

.Tratament

Terapia dermatitei de contact vizează în primul rând evitarea contactelor cu alergene, respectiv iritanții și folosirea unguentelor cu corticosteroizi topici, care sunt eficiente. Steroizii potenți trebuie aplicați o dată sau de două ori pe zi până erupția veziculară retrocedează. Aceasta poate dura 1-3 săptămâni. Apoi se continuă cu steroizi intermediari. Folosirea zilnică a emolienților previne uscarea pielii.

Dermatita iritativă de contact

Reprezintă 80% din dermatitele de contact. Sunt cauzate de foarte mulți agenți chimici. Multe substanțe cu înalt potențial sensibilizant (alergizant) sunt de asemenea iritante. Unii iritanți sunt și alergizanți. Mecanismul este nespecific, iritativ. Nu necesită sensibilizare. Potențialul iritant al unei substanțe depinde de formula chimică, concentrație, vehicul, durata expunerii, chiar și caracteristici individuale (rasiale, genetice; atopia este un factor favorizant recunoscut al dermatitei iritative de contact).

Iritanții afectează fără discriminare persoanele expuse. Factori care favorizează atât iritația : mediul (umiditatea și temperatura ridicată), regiunea expusă (acolo unde pielea este subțire, exemplu pleoapele). Dacă concentrația / potențialul iritativ sunt suficiente, reacția apare imediat de la începerea expunerii (în câteva minute sau ore).

Aspectul clinic depinde de: agentul chimic implicat, caracteristicile expunerii, răspunsul organismului. În faza acută, tabloul clinic este destul de asemănător: eritem, descumare, formare de papule și vezicule. Iritanții foarte potenți, precum acidul fluorhidric, oxidul de etilenă, cimentul umed pot da necroze cutanate severe și arsuri chimice cu ulceratie. Iritanții puternici produc dermatite cu formare de vezicule. Iritanții slabi produc numai dermatite subacute sau cronice. Leziunile sunt localizate numai la locul de contact. Diagnostic: patch-test negativ.



fig.15. Dermatita de contact

Dermatita seboreică - prezintă leziuni eritematoase de culoare gălbuie, sub influența activității intense a glandelor sebacee. Este

determinată de această secreție abundentă, care blochează canalele polisebacee, și care este, totodată, legată de modificările hormonale. Ea apare în special pe pielea foarte grasă.

Fig. 16. Dermatita seboreică

Dermatita seboreică este o afecțiune cutanată caracterizată prin cruste (scuame) albicioase, unsuroase sau uscate. Mătreața și scuamele sunt, ambele, forme ale dermatitei seboreice. Nu este contagioasă. Sunt afectate tegumentele scalpului, sprancenelor, frunii, feței și ale șanțurilor nazale. De asemenea, mai poate fi localizată pe pielea din spatele urechilor, în canalul auditiv extern și pe tegumentul trunchiului, în special în dreptul sternului sau în pliurile cutanate. Vindecarea necesită îngrijirea adecvată a leziunilor și monitorizarea stării generale și a evoluției sub medicație de către un medic dermatolog.

Pe tegument apar cruste (scuame) albe, care se pot desprinde, rămânând niște pete roșiatice. Scuamele se fixează pe firele de păr. Ele pot provoca prurit (mâncărimi), dar leziunile sunt de obicei nedureroase, dacă nu apar complicații infecțioase.

Printre factorii de risc se numără:

- stresul
- temperatura excesiv de caldă și umedă sau temperatura rece și uscată
- spălarea rară cu șampon
- pielea grasă
- alte afecțiuni cutanate, precum acneea rozacee, acneea vulgară sau psoriazisul
- obezitatea
- folosirea de loțiuni care usucă pielea, ce conțin alcool
- lipsa odihnei suficiente

Cauza dermatitei seboreice nu este pe deplin înțeleasă, dar este recunoscut faptul că ciuperca microscopică *Pityrosporon ovale* este implicată în apariția acestei dermatoze; la fel și factorii genetici, de mediu și starea generală de sănătate a persoanei.

Radiațiile UVA și UVB inhibă proliferarea ciupercii *P. ovale*, astfel încât la numeroși pacienți se înregistrează o ameliorare în timpul verii.

Dermatita seboreică este mai frecventă la bărbați decât la femei, probabil deoarece activitatea glandelor sebacee este controlată de hormonii masculini. Dermatita seboreică apare pentru prima dată în adolescența și apare cu intermitențe la vârsta adultă.

Dermatita seboreică este agravată de modificările de umiditate, temperatura, de traumatisme (grataj) sau de stresul emoțional.

Prevalența dermatitei seboreice este de 3 -5% din populație, mai gravă la bărbați. Mătreața, cea mai ușoară formă de dermatită seboreică este cea mai frecventă, fiind prezentă la 15 -20% din populație.

Debutul este de obicei la pubertate, iar vârful incidenței se înregistrează la 40 ani. Dermatita seboreică apare și la sugari, sub forma "crustelor de lapte" și la vârstnici.

Această dermatoză este limitată la zonele feței și trunchiului în care glandele sebacee sunt numeroase și foarte active. Distribuția este simetrică, iar regiunile afectate sunt cele acoperite cu par - scalpul, sprancenele, barbia, dar și fruntea, șanturile nazolabiale și conductul auditiv extern.

Pe trunchi, scuamele apar în special în dreptul sternului și în pliurile cutanate

- zonele axilare, submamare, ombilicale și anogenitale.

Dermatita seboreică ce se manifestă în perioada neonatală, dispare în primele 6 - 12 luni de viață, indicând faptul că este un răspuns la stimularea hormonală maternă.

Una dintre caracteristicile dermatitei seboreice este mătreața, caracterizată prin descuamarea pielii scalpului, însoțită uneori de prurit (mâncărimi).

Cazurile mai grave de dermatită seboreică se caracterizează prin prezența unor scuame grase pe fondul unor placi eritematoase. Clienții acuză prurit și senzații de arsură în regiunile feței afectate de dermatita seboreică. Netratate, scuamele se pot îngroșa, devenind galbene și grase. Uneori, apare o supra-infecție bacteriană.

Tratamentul medicamentos

Pentru mătreața în cantitate mică, se recomandă șampoane eliberate fără prescripție medicală și lotiuni pentru lubrifierea tegumentului.

Pentru probleme severe se recomandă:

- șampoane ce conțin gudron sau creme pentru scalp ce conțin cortizon; pentru a

putea aplica medicația pe scalp, părul trebuie împărțit în șuvițe și unguentul sau

loțiunea trebuie aplicată viguros, prin frecare la nivelul pielii scalpului

- steroizi aplicați topic la nivelul altor zone afectate

(Sursa <http://www.sfatulmedicului.ro>)

Pityrosporum ovale (o specie de ciuperca) a fost implicată în apariția acestei boli. Se crede că dermatita seboreică ar fi rezultatul unui răspuns inflamator față de aceasta ciupercă, dar acest lucru nu a fost demonstrat.

P. ovale este prezentă la toate persoanele, dar cauzele care determină apariția dermatitei seboreice doar la unele persoane nu sunt cunoscute. Nivelul de colonizare al pielii afectate cu acest organism este mai scăzut decât cel al pielii sănătoase. Totuși, faptul că dermatita seboreică răspunde la medicația antifungică sugerează că ciuperca este implicată în această afecțiune cutanată.

Factorii genetici și de mediu, precum și afecțiunile comorbide cresc riscurile de apariție a dermatitei seboreice.

Igiena pielii joacă un rol esențial în controlarea dermatitei seboreice. Spălarea frecventă cu sapun este indicată, deoarece îndepărtează grăsimile din regiunile afectate. Expunerea la radiațiile ultraviolete ale soarelui este de asemenea benefică, deși trebuie evitate arsurile solare.

Preparatele farmaceutice utilizate în tratamentul dermatitei seboreice includ agenții antifungici (sulfura de seleniu, zinc pirition, derivați de azol, terbinafina topica) ce reduc colonizarea cu ciuperca *P. ovale* și agenții antiinflamatori (steroizi topici).

În cazurile grave, agenții keratolitici (acidul salicilic sau produsele ce contin gudron) pot fi utilizați pentru îndepărtarea crustelor dense, în asociere cu aplicarea unor steroizi topici. Alte soluții pentru îndepărtarea crustelor constau în aplicarea unor uleiuri (de masline, lavandă etc.) pentru dizolvarea crustelor în timpul nopții, urmată de utilizarea unui șampon ce conține gudron.

În cazurile refractare la tratament, soluția constă în administrarea unor agenți ce suprimă activitatea glandelor sebacee (isotretinoin).

Contraindicații : sunt excluse demachiantele grase, peelingurile abrazive, masajele cu creme emoliente și aplicarea măștilor grase, emoliente, nutritive.

(sursa : <http://www.tpu.ro>)

CAPITOL 28. Importanța compreselor în cosmetică

Pentru tenurile uscate, deshidratate, ridate se recomandă aplicarea de comprese calde sau aplicarea de comprese îmbibate în ulei de măsline călduț, care redă emoliența pielii.

Compresele alternative se aplică după tratamentul cosmetic, în special după aplicarea măștilor sau pentru efect de înviorare a feței.

Compresele calde se mai pot aplica persoanelor cu puncte negre și care suportă baia de aburi.

Compresele reci se aplică la sfârșitul tratamentului. Ele pot fi comprese cu apă minerală sau infuzii reci pentru închiderea porilor.

Contraindicații:

- persoanele cu cuperoză și persoanele cu pielea uscată trebuie să evite variațiile de temperatură.
- pulverizările cu apă termală sunt benefice pentru toate tipurile de ten, se fac după tratamentul cosmetic și înaintea machiajului.

CAPITOL 29. Cu ce se îngrijește pielea

Alfa-beta acizi, vitamine și compuși, toate aceste cuvinte sună mai mult ca un experiment științific, nu ca o loțiune sau cremă pentru piele.

1. Alfa-hidroxi acizi (Alpha-Hydroxy Acids AHA), au fost găsiți în fructe

(malic în mere, citric în lămâi, glicolic în trestia de zahăr), lapte (acid lactic), etc. Acești acizi (glicolic, lactic, tartaric, malic, citric) sunt solubili în apă și acționează asupra epidermei prin exfoliere. Îndepărtarea stratului de celule moarte de la suprafața pielii

îmbunătățește textura și culoarea pielii, "desfundă" porii și permite o mai bună absorbție a substanțelor active prin epidermă, de aceea veți găsi AHA în foarte multe produse cosmetice. Efectele secundare ale AHA sunt creșterea sensibilității la razele soarelui (recomandați folosirea cremei cu factor de protecție solară în fiecare dimineață) și o ușoară iritare (este recomandat să se pornească cu concentrații mai mici de AHA și aplicarea inițial doar la 2 zile).

2. Beta-hidroxi acid (Beta-Hydroxy Acid BHA), sau acidul salicilic

(acidul din scoarța de salcie), are acțiune exfoliantă (substanțele active se absorb mai bine prin piele), îmbunătățind textura și culoarea pielii îmbătrânite prematur de expunerea la raze ultraviolete. Este solubil în grăsimi, cu efecte deosebite asupra porilor și tenului acneic. Este mai puțin iritant decât AHA, având chiar un efect local de calmare (nu uitați că este componentul de bază din aspirină, acidul acetil-salicilic). Acidul salicilic a fost și este un component de bază din formula multor creme.

3. Hidrochinona (Hydroquinone) este un agent de depigmentare (albește pielea) util în hiperpigmentație, pete de bătrânețe, pete din perioada sarcinii sau pete datorate terapiei hormonale (melasmă, cloasmă). Atenție la posibila reacție alergică ce se poate ivi!

4. Acidul Kojic este un remediu mai recent pentru tratamentul problemelor pigmentare și a petelor de bătrânețe. Descoperit în 1989, într-o ciupercă, are un efect similar cu hidrochinona, inhibând producerea melaninei (pigmentul pielii).

Acidul kojic are efect antimicrobian, fiind util în tratamentul topic al acneei, prin reducerea bacteriei *P. acnes* existentă în foliculi; inhibă sinteza melaninei în diferite moduri; de asemenea, pe lângă blocarea tirozinazei, inhibă activitatea tautomerazei. Prezintă o redusă activitate citotoxică, de aceea poate fi considerat un agent supresor reversibil al melanoenezei.

5. Retinolul este un alcool derivat din vitamina A, care se găsește în foarte multe produse cosmetice. Un compus similar, retinil palmitat, e mai puțin iritant, iar tretinoin (acidul retinoic - all-trans retinoic acid), cel mai iritant pentru piele, este compusul care este dovedit științific că acționează asupra ridurilor. Acidul retinoic acționează ca un regulator de DNA (acid nucleic), activând producerea de noi celule în piele. Rezultatele se văd pe ridurile fine, textura, tonusul și culoarea pielii. Este mult folosit în produsele anti-acnee. Atenție, crește fotosensibilitatea, trebuie utilizată în mod continuu o cremă protectoare (ecran solar).

6. Acidul ascorbic levogir (L-Ascorbic Acid) e singura formă de vitamina C care are efect dovedit științific de stimulare a sintezei de

colagen (fibrelle din piele), cu efect de minimizare a ridurilor și cicatricilor. Vitamina C este un antioxidant puternic, se combină ușor cu oxigenul și derivatele lui din corp, din care cauză este puțin stabilă, iar în produsele cosmetice comune veți găsi compuși ai vitaminei C (magnesium ascorbyl phosphate, ascorbyl palmitate). Utilizarea cosmetică a vitaminei C, împreună cu alte substanțe ce amplifică efectele, este o descoperire relativ recentă, un adevărat "izvor de apă vie" pentru pielea "obosită" a omului modern și o contramăsură la creșterea radiației ultraviolete datorată schimbării de climat și a subțierii stratului de ozon.

7. Acidul Hialuronic (Hyaluronic Acid) este un glicozaminoglican (glycosaminoglycan) abundant în dermă (stratul de sub epidermă care dă turgorul, ținuta pielii). Este ca o gelatină ce umple spațiile dintre fibrele de colagen și fixează apa în zonă. Se găsește în piele, cu atât mai abundant cu cât e mai tânără, în articulații, fiind o componentă a țesutului conjunctiv. Dieta, fumatul și anii diminuează cantitatea de acid hialuronic din corp. Suplimentarea cantității de acid hialuronic, prin produse cosmetice corect formulate, are efecte de adevărată "fântână a tinereții" asupra tenurilor ridate.

8. Peptidele de cupru (Copper Peptide) sunt cele mai eficiente produse de regenerare a pielii, apărute în 1997. Ele promovează producerea de colagen, elastină și glicozaminoglicani, fiindcă enzimele dependente de cupru înlătură colagenul și elastina deteriorate, activând procesele naturale de refacere a țesuturilor (studii clinice). Aceste calități și acțiunea antioxidantă fac peptidele de cupru extrem de utile în aplicațiile medicale, cum ar fi tratarea cicatricilor. Peptidele de cupru fac pielea mai fermă, mai netedă și mai catifelată într-un timp mai scurt decât majoritatea produselor cosmetice anti-îmbătrânire (antiaging) de pe piață.

9. Acidul alfa-lipoic (Alpha-Lipoic Acid) este cel mai nou antioxidant descoperit, ultra-potent, care ajută atât în lupta contra posibilelor degradări ale pielii, cât și în repararea celor ce sunt deja făcute. I se spune "antioxidantul universal", fiindcă este solubil și în apă și în grăsimi, ceea ce-i permite accesul în orice parte a celulei. Se crede că acidul alfa-lipoic oferă cea mai mare protecție împotriva distrugerilor provocate de radicalii liberi, comparativ cu ceilalți antioxidanți cunoscuți. Este din punct de vedere cosmetic "miracolul din borcan", datorită efectelor sale anti-îmbătrânire, a diminuării ridurilor fine și a aspectului strălucitor pe care-l conferă tenului.

10. Dimetil amino etanol DMAE (Dimethylaminoethanol) este o substanță produsă natural în creierul nostru, ce amplifică producerea de acetilcolină, un neurotransmițător foarte important pentru

funcționarea corectă a creierului și mușchilor noștri. DMAE apare în cantități mari în pește (anșoa, somon, sardele), de unde și faptul că peștele este considerat o hrană pentru creier. Aplicat pe piele, DMAE are efecte remarcabile, ce se concretizează în reducerea liniilor fine și a ridurilor.

CAPITOL 30. Tratamentele cu hidroxiacizi

Tratamentele pe bază de AHA implică folosirea unui grup de acizi naturali extrași în special din fructe, numiți hidroxiacizi, care se folosesc în tratamente cosmetice pentru pielea pigmentată, pentru tenul matur, un ten cu riduri și cu multe cicatrici.

Hidroxiacizii - reprezintă o grupă importantă de acizi, din care fac parte:

Acidul glicolic - se extrage din trestia de zahar și are efect antirid. Este

indicat pentru pielea hipercheratinizată, respectiv un ten matur lipsit de elasticitate și de tonus. Se mai poate folosi pentru tenul gras și acneic și pentru tenurile care prezintă petele melanice. În urma folosirii acidului glicolic se obțin unele rezultate pozitive, astfel pielea este mai luminoasă, mai netedă, ridurile fine dispar, iar cele profunde se atenuează. Petele melanice se decolorează, se îmbunătățește hidratarea și tonusul pielii. În cazul pielii grase, acidul glicolic are rol de reglare a hipersecrețiilor seboreice, deblocând porii. Este foarte important să se cunoască concentrația acidului glicolic în compoziția produselor. Pentru tenurile sensibile, normale, uscate, concentrația de acid glicolic este mult mai redusă 8 - 12%, iar pentru tenurile grase cu tendință acidă 15 - 30%. Produsele cu concentrație de 10% au efect de netezire și luminozitate a pielii, iar cele de 15 -30% distrug unele structuri celulare cu grad de pigmentație a pielii și cu aspect de hipercheratinizare. În cabinetele de cosmetică, cosmeticiana folosește o concentrație între 10-15% , produse sub formă de peelinguri, măști, diverse loțiuni.

Acidul malic - este utilizat în produse cosmetice, pentru ajustarea pH-ului, și în peelingul facial. Acidul malic (acid hidroxisuccinic), $C_4H_6O_5$, este un acid organic slab, care se găsește din abundență în sucurile multor plante, dar în mod special în fructe de pădure, în măr și în strugure.

Acidul lactic - adăugat în compoziții cosmetice naturale întinerește pielea, netezește, ajută la producerea colagenului. Exfoliază blând pielea uscată, eliberează porii, ameliorează petele. Optim pentru a limita dezvoltarea bacteriilor în diverse compoziții, astfel este și un agent de stabilizare și conservare. Produsele de protecție solară și de machiaj se păstrează mai mult timp proaspete dacă au inclus acid lactic în compoziție.

Pentru utilizarea regulată sau pentru persoanele cu pielea sensibilă, capacitatea de exfoliere blândă determină ca acidul lactic să fie o

alegere mai bună față de acidul glicolic, de exemplu, care pătrunde mai adânc în piele, dar o și poate sensibiliza. Lichid incolor clar, miros slab caracteristic, solubil în apă și alcool.

Proprietăți: exfoliant, umectant, revitalizant, depigmentant, ajută la producerea collagenului, întinerește pielea, îmbunătățește textura pielii, netezește ridurile, eliberează porii, reglează aciditatea compozițiilor cosmetice.

APLICAȚII:

- ca ingredient în compozițiile cosmetice de îngrijire a pielii, măști de întinerire, tonere, creme hidratante, adăugat la faza apoasă sub temperatura de 40°C, în concentrație de 0.5-5%
- ca ingredient în măștile și compozițiile de exfoliere sau depigmentare, în concentrație de 3-10%
- ca agent de reglare a acidității compozițiilor cosmetice, 1-10%, a nu se depăși valoarea minimă recomandată a PH-ului de 3,5.

Acidul tartric - este un acid organic cristalizat, care se găsește mai ales în fructe, și care se folosește în industria cosmetică pentru a oferi elasticitate și tonus pielii.

Acidul citric - găsit în citrice (lămâi, portocale, lime, grapefruit).

Efectele acestor acizi: producerea descumării pielii, exfolierea stratului cornos, refacerea celulelor pielii și asigurarea gradului de luminozitate a pielii. Cel mai des întrebuințate sunt acidul glicolic și acidul lactic, pe care le întâlnim și în măștile cosmetice.

Unul dintre acizii cei mai concentrați și puternici este acidul tricloracetic, care acționează ca un exfoliant în profunzime, fiind indicat în cazul ridurilor accentuate, al cicatricilor provocate de acnee și a petelor de bătrânețe.

Tratamentele injectabile regenerante - constau în injectarea unor principii active în derm pentru a revitaliza funcțiile acestuia. În acest scop se folosesc un amestec de oxigen și ozon, unii derivați saturați, substanțe homeopate cu efect regenerant. Aceste injectări se execută în special în tratamentele ridurilor fine de pe față, crăpături ale pielii și piele flască.

Acid azelaic

Acidul azelaic se caracterizează prin proprietățile sale sebo-regulatoare (inhibă enzima 5-alfa-reductaza), de normalizare a procesului de keratinizare, proprietății bacteriostatice, de inhibare a procesului de proliferare a speciilor reactive ale oxigenului (prezente în procesele inflamatorii și de fotoîmbătrânire) și de reglare a procesului de pigmentare (inhibă tirozinaza).

Acid salicilic

Acidul salicilic este cunoscut în primul rând pentru proprietățile sale keratolitice și comedolitice. Aplicarea în concentrații mari produce epidermoliza buloasă a papulelor, pustulelor și comedoanelor în câteva

minute de la aplicare. Deseori se rupe suprafața pustulelor, permițând acidului să acționeze de la epiteliul foliculilor către glanda sebacee.

Arginina

Arginina este un aminoacid derivat din fermentarea și purificarea carbohidraților din plante (trestia de zahar). Este format din molecule mari, fapt ce permite o penetrare lină a stratului cornos, evitând orice fel de iritație. Are o acțiune anti-inflamatorie și un efect de rehidratare și normalizare a pielii. Stimulează sinteza de collagen, regenerând matricea dermală și redând elasticitatea și fermitatea pielii odată cu trecere timpului.

Folosirea acestor acizi în creme sau emulsii îmbunătățește aspectul pielii, au rol de netezire a ridurilor, de depigmentare, în tratamentele de îndepărtare a cicatricilor și în cele pentru redarea luminozității tenului.

CAPITOL 31. Efectul fiolelor asupra tenului

- I. **Fiole cu extract de celule proaspete** - pentru toate tipurile de ten; stimulează, favorizează și accelerează regenerarea celulară și previne îmbătrânirea pielii
2. **Fiole instant beauty** - pentru ten obosit, stresat, surmenat; redau strălucirea feței
3. **Fiole cu castană de India** - pentru ten sensibil și cuperozic; extractul de castană de India reglează circulația sanguină și calmează tenul
4. **Fiole cu azulenă** - cu extract de mușetel pentru calmarea, netezirea pielii iritate; se folosește după tratament
5. **Fiole cu elastină** - conțin substanță antiîmbătrânire și se folosesc zilnic, dimineața, pe tenul curat
6. **Fiole cu collagen** - puternic factor de hidratare a pielii, recomandat pentru regenerarea epidermei, hidratare și tonifiere; se folosesc zilnic pentru persoanele peste 40 ani
7. **Fiole cu ginseng** - pentru tratamentul tenului matur și îmbătrânit, conține ginseng și castană de India, cu efect de regenerare celulară și menținerea gradului de hidratare
8. **Fiole cu iris + AHA** - sunt pentru tenul gras, se face tratament intensiv; stopează cantitatea de sebum, cicatrizează și reglează flora bacteriană
9. **Fiole cu zmeură AHA** - pentru ten gras, degradat, pătat, cu puncte negre, pori dilatați; conțin zmeură și acizi din fructe, cu efect de eliminare a celulelor moarte; netezește și dă strălucire
10. **Fiole cu lipozomi și vitamina E** - pentru toate tipurile de ten cu rol în combaterea radicalilor liberi, intensifică schimbul de oxigen și regenerează pielea
- II. **Fiole pentru depigmentare** - se folosesc pentru combaterea petelor pigmentare (efelide, pete maronii, cloasmă); se folosesc dimineața și seara, pe tenul curat

12. **Firole cu retinol + AHA + vitamina C** - destinate în special tenurilor mature, regenerează, hidratează și previne îmbătrânirea; se aplică de preferat seara, după demachierea completă; se aplică câteva picături și apoi crema cu retinol

13. **Firole cu acid hialuronic și firole cu coenzima Q 10**

CAPITOL 32. Ingredientele antiinflamatoare cu efect calmant

Există o grupă importantă de ingrediente cosmetice cu efect calmant ce pot reduce unele inflamații oculare, de exemplu: aloe vera, gălbenele, mușetel, panthenol. **Aloe vera**

Cu varietatea sa Aloe vera (*Aloe barbadensis miller*) este una dintre plantele cele mai utilizate încă din antichitate. Aloe vera a fost utilizată în mod tradițional extern, în arsuri, răni ușoare, înțepături de insecte, și intern, ca digestiv și laxativ.

Gelul de aloe are o compoziție complexă, de o bogăție excepțională: enzime, mucopolizaharide (acemanan, aloerid), acizi și săruri organice, aminoacizi, vitamine, minerale. Sinergia acestor principii active justifică efectul antiinflamator, emolient, calmant și cicatrizant asupra pielii.

Planta mai conține derivați hidroxiantracenici și antrachinone cu proprietăți purgative (utilizată în industria farmaceutică în preparate laxative).

Asupra aparatului digestiv sucul de aloe este antiulceros, protector al mucoasei gastrice și inhibitor al creșterii de *Helicobacter pylori*.

Administrat intern este hipoglicemiant și hipolipemiant.

În dermatologie și cosmetică se utilizează frecvent gelul de aloe datorită proprietăților antiinflamatorii, bacteriostatice, astringente și antipruriginoase. Reduce eritemul (roșeața), accelerează reepitelizarea și favorizează o cicatrizare corectă. De aceea se utilizează ca supliment în tratamentele cosmetice și dermatologice agresive (retinoizi, AHA, peeling chimic, microdermoabraziune), în controlul acneii ușoare

Este un important agent hidratant, calmant și regenerant celular. Suavizează pielea și rehidratează stratul cornos, pătrunzând în profunzime. Folosirea externă este indicată pentru piele sensibilă, iritată, alterată de diverși factori, stări de uscăciune a pielii (atopie, ictiosis, etc.), arsuri ușoare, psoriasis, eczeme, acnee, răni superficiale, etc.

Există anumite plante care au în compoziția lor ingrediente cu efect benefic asupra pereților vaselor capilare; ex: ginkgo-biloba, castana de India, angelica.

Aceste plante pot îmbunătăți calitatea vaselor capilare și pot reduce edemele oculare, au și calitate antioxidantă, antiinflamatoare; se întâlnesc în creme, loțiuni, măști și firole.

Galbenelele, niște flori mici despre care puțini știu cât de bine fac sănătății tenului. Pot fi folosite intern sub forma de ceai, tinctura, ulei sau pulbere, însă pentru frumusețea tenului, folosim galbenelele extern

sub formă de unguent, cremă sau sare efervescentă. Extractul este folosit în cosmetică în creme destinate în special tenului sensibil și în produsele pentru copii. Bio-flavonoidele conținute acționează și reduc fragilitatea vaselor de sânge capilare, de aceea acest extract este recomandat și pentru produsele anticuperozice.

Gălbenelele sunt utilizate în medicina naturistă din timpuri străvechi fiind folosite toate componentele acestei plante, însă cele care conțin cea mai mare putere terapeutică sunt florile acesteia. În general, florile sunt mici de un galben pur, deschis, însă în funcție de zona unde cresc se pot încrucișa cu alte plante ajungând ca florile acestora să varieze în culoare până la un galben-portocaliu.

Beneficiile terapeutice ale gălbenelelor

Gălbenelele se pot utiliza sub formă de infuzie, decoct, ceaiuri, comprese, spălături, măști și produse cosmetice. În funcție de afecțiunea care se dorește a fi tratată, gălbenelele pot fi utilizate pentru tratament local (creme, comprese, măști, spălături) sau pentru tratamente sistemice (decoct, infuzie, ceai etc).

Dintre cele mai importante beneficii ale gălbenelelor enumerăm:

- Cresc capacitatea de luptă a organismului împotriva infecțiilor, având acțiuni antiinflamatoare, antiseptice, antibacteriene și antifungice. Se folosesc ca adjuvant în toate infecțiile sau tratamentele care scad imunitatea, cum ar fi citostaticele sau la administrarea antibioticelor.
- Sunt recomandate în tulburările menstruale de orice fel, făcând parte din plantele destinate sănătății aparatului genital feminin;
- Combat anemia;
- Măștile sau compresele cu gălbenele ori cremele sunt indicate pentru tratarea tuturor problemelor pielii;
- Sunt folosite în cosmetică pentru menținerea tinereții și frumuseții tenului, reducerea ridurilor și tratarea petelor maronii;
- Au proprietăți anticancerose, consumul a trei cani de gălbenele pe săptămână fiind util în protecția antitumorală;
- Stimulează funcțiile hepatice și renale;
- Accelerează arderile organismului pentru cei cu arderi lente, având proprietăți echilibrante;
- Alergii, eczeme, acnee, urticarie;
- Astm;
- Migrene ușoare;
- Bolile reumatismale;
- Hipertensiune arterială;
- Arsuri sau degerături;
- Afecțiuni gastrice sau ale tubului digestiv;
- Candidoza și alte afecțiuni genitale, în special folosite ca spălături sau pe cale sistemică prin consumul de ceaiuri;

- Accelerează cicatrizarea rănilor;
- Curățare oculară.

Acidul Pantotenic - provitamina B5 - se găsește în toate celulele vii sub forma unei enzime esențiale pentru numeroase reacții metabolice.

Numele său derivă din cuvântul grecesc "panhoten" care înseamnă "peste tot", mici cantități găsindu-se în aproape orice aliment, mai ales în cereale integrale, legume, ouă, carne sau lăptișor de matcă. Cea mai comună formă a acidului panhotenic este precursorul său alcoolic - provitamina B5 - numită panthenol. Panthenolul se găsește sub forma a doi izomeri: D și L, numai forma D fiind biologic activă - Dexpanthenol sau D-Panthenol.

Insuficiența cantitate de acid panhotenic favorizează creșterea secreției glandelor sebacee și implicit apariția acneei. Aplicațiile locale de panthenol duc la accelerarea vindecării rănilor și la obținerea unui țesut cicatriceal de calitate. Inclus în creme îmbunătățește hidratarea, vindecă inflamațiile și este absorbit rapid.

La nivelul firului de păr panthenolul este extrem de util pentru proprietățile sale emoliente, hidratante, lubrifiante. Se atașează cu ușurință firului de păr îmbrăcându-l în totalitate, netezindu-l și conferindu-i strălucire. Sinonime: Provitamina B5, pantothenol, dexpanthenol.

PROPRIETĂȚI:

- pătrunde cu ușurință în piele și firul părului
- puternic hidratant și dedurizant a pielii
- elasticizant al pielii
- antiinflamator, calmează pielea iritată
- promovează epitelizarea, vindecă răni minore
- hidratant al părului, conferă strălucire, previne despicarea firelor
- emolient și lubrifiant al părului

UTILIZARE:

- adăugat ca ingredient în compoziții cosmetice la faza apoasă, rece sau caldă până la maxim 70°C, în creme, loțiuni, șampoane, condiționatori, soluții de baie, produse de machiaj, în concentrație de 0.5-3%

CAPITOL 33. Rolul vitaminelor în funcționarea normală a organismului

Vitaminele hidrosolubile (Vitaminele din complexul B - B1, B2, B5, B6, B8, B9, B12, Vitaminele P, Vitamina PP și Vitamina C) catabolizează reacții de oxido-reducere (eliberatoare de energie) și sunt indispensabile în metabolismul celular. Majoritatea participă la formarea unor fermenți, fapt pentru care au fost denumite enzimovitamine. Ele nu se depozitează în organism, excesul fiind eliminat pe cale renală și prin transpirație.

Vitaminele liposolubile (Vitaminele A, D, E, F, K) participă la structuri celulare și își îndeplinesc rolul asemănător cu hormonii, fiind denumite hormonovitamine. Sunt folosite în procesele anabolice (consumatoare de

energie) care stau la baza creșterii și formării unor substanțe proprii organismului.

Vitaminele naturale sunt mult mai active în doze mai mici decât vitaminele sintetice, acționând specific asupra substratului, prin legături mai puternice.

Vitamina A (Retinolul) - Se poate prezenta sub formă liberă (betacarotenul și alți carotenoizi), sub formă esterificată (carotenoizi și axeroftolul cu acidul palmitic) sau legată de un suport proteic. Este responsabilă de menținerea troficității și funcționării normale a epitelilor diferențiate, de menținerea secrețiilor mucoaselor, are un efect protector față de unii agenți carcinogenetici, este indispensabilă creșterii normale, proceselor vizuale și de reproducere. La nivelul tegumentului, Vitamina A are efect de reglare a procesului de keratinizare, diminuează ridurile și încetinește procesul de îmbătrânire, prin stimularea formării fibrelor de collagen.

Complexul de vitamine B - cu acțiune antiinflamatoare, antiseboreică (prin Vitamina B₂ și B₃ și de protecție a pielii, calmează și împiedică iritațiile și infecțiile. Conferă epidermei vitalitate și prospețime.

Retinolul, forma dietară a **vitaminei A**, este o vitamină solubilă în grăsimi, antioxidantă, importantă în vedere și creșterea oaselor. Aparține familiei de compuși chimici numită retinoizi. Retinolul este ingerat într-o formă precursoră; sursele animale (lapte și ouă) conțin retinil ester, în timp ce plantele (morcovi, spanac) conțin pro-vitamina A carotenoizi. Din hidroliza retinil esterilor rezultă retinol, iar pro-vitamina A poate fi descompusă pentru producerea de retinal. Retinal, numit și retinaldehidă, poate fi redus reversibil în retinol sau poate fi oxidat ireversibil în acid retinoic. Cei mai activi metabolizatori retinoizi sunt 11-cis-retina, toți-trans și 9-cis-izomerii acidului retinoic.

Vitamina A este esențială pentru funcționarea corectă a celulelor epiteliale. În deficiența de vitamina A, celulele secretoare de mucus sunt înlocuite de celule care produc keratină, ceea ce conduce la xeroză. Toate formele vitaminei A sunt folosite în cosmetică și medicină, fiind aplicate pe piele.

Acidul retinoic, retinil palmitatul, izotretinoina, tretinoina și retinolul sunt folosite medicinal ca tratament de suprafață pentru acnee și keratosis pilaris.

În cosmetică, derivații vitaminei A sunt utilizați drept așa-numitele chimicale anti-îmbătrânire - vitamina A este absorbită prin piele și crește rata receptivității pielii și dă o creștere temporară în collagen, astfel determinând o înfățișare mai tânără.

Vitamina U (Vitamina B5, Coenzima R sau Biotina), catifelează pielea, previne ridurile și uscarea tenului.

Vitamina C (Acidul ascorbic) Este, probabil, cea mai cunoscută vitamină din lume, crește indicele osponocitofagic, crescând rezistența organismului la infecții.

Acidul ascorbic împreună cu acidul dehidroascorbic formează un sistem redox, intervenind într-o serie de reacții de oxidare și în alte procese metabolice. Acidul ascorbic transferă electronii la enzime, ale căror activitate necesită ioni metalici în formă redusă. Are rol în tisularitate, în vindecarea plăgilor (procesul de cicatrizare). Vitamina C este necesară în metabolismul calciului și al altor minerale, are efect antioxidant puternic al radicalului liber O₂ și al derivaților lui în exces. Activează acidul folic. Stimulează axa endocrină centrală, previne uzura celulară, protejează arterele împotriva depunerilor de aterom, fortifică musculatura și țesutul conjunctiv, menține activitatea anumitor enzime, încetinește procesul de îmbătrânire, participă la sinteza glandelor suprarenale, favorizează absorbția fierului la nivelul tubului digestiv. În general, aportul alimentar nu asigură necesarul de vitamina C de 1 mg/ kg corp, iar fumătorii au nevoie de un aport mult mai mare.

Vitamina C este necesară în biosinteza țesuturilor proteice de structură, participând la sinteza ADN. Scade permeabilitatea capilară și are efect de regenerare a țesutului de granulație prin accelerarea cicatrizării plăgilor. Favorizează creșterea rezistenței organismului față de diferite microorganisme.

Vitamina D se formează la nivelul tegumentului, sub acțiunea razelor ultraviolete, din provitamina D naturală aflată în sebumul pielii și se depozitează în hipoderm. Are rol fiziologic în creșterea nivelului plasmatic al calciului și fosforului, iar prin reglarea transportului calciului participă la coagularea normală a sângelui.

Vitamina E (Tocoferol) - Are rol antioxidant (împiedicând acțiunea radicalilor liberi, principalii factori de îmbătrânire celulară), antiinflamator și de creștere a gradului de hidratare. Protejează împotriva oxidării acizii grași nesaturați, vitamina A și carotenoidele, intervine în metabolismul acizilor nucleici. Deficitul vitaminic, rar întâlnit la om, apare în sindroame de malabsorbție, dezvoltând simptome neurologice care au fost puse pe seama absorbției insuficiente de vitamina E. La copiii hrăniți numai cu lapte de vacă, datorită conținutului insuficient de vitamina E, pot apărea fenomene de iritabilitate, edeme, anemie hemolitică. Unele cercetări arată că lipsa vitaminei E este responsabilă de unele tulburări în procesul de reproducere.

Vitamina F (Acizii grași esențiali) - Previne xeroza (uscarea) și descuamarea pielii, redându-i fermitatea, prin rolul ei de reglare a permeabilității celulare și funcția de barieră a membranelor celulare.

Vitamina K (K1-Filochinonă și K2 Fanochinonă) are acțiune procoagulantă, diminuează roșeața, calmează cuperoza.

Vitaminele P (Flavonoidele) - Sunt numite și vitaminele permeabilității, deoarece contribuie la întărirea peretelui vaselor capilare și la creșterea rezistenței țesutului conjunctiv. Protejează tegumentul de efectele secundare ale acțiunii razelor X și sunt necesare pentru absorbția și utilizarea mai eficientă a vitaminei C în procesul de formare a collagenului, sunt antioxidante, antialergice, antihistaminice, antiinflamatorii și antivirale.

Vitamina PP (Nicotinamida) - Participă la formarea piridin nucleotidelor, care au rol important în metabolismul celular, în degradarea și utilizarea proteinelor, glucidelor și lipidelor. Are o acțiune vasodilatatoare la nivelul pielii, împiedicând apariția eritemelor. Enzimele sunt substanțe de natură proteică, ce iau naștere în celulele vii. Au rol de biocatalizatori și influențează una sau mai multe structuri specifice, unde determină reacții chimice de descompunere și de sinteză. Enzimele acționează prin hidroliza proteinelor denaturate de pe suprafața pielii sau mucoaselor, ajutând la îndepărtarea părților necrozate. Deasemenea au un efect decongestiv și epitelizant local.

Hialuronidaza (Tilasa, Tylase) - enzimă litică, care acționează prin depolimerizarea mucopolizaharidelor și a acidului hialuronic, facilitând tranzitul cutanat și crescând difuziunea substanțelor cu care este asociată (de ex. mărește difuzibilitatea heparinei în diferite unguente).

Pepsina - este folosită pentru digerarea parțială a epidermei lezate, în vederea acțiunii trofice a altor substanțe.

Querectin - este un bioflavonoid, care luptă împotriva radicalilor liberi, antioxidant, ajută metabolismul celular, întărește sistemul imunitar, are acțiune antiinflamatoare și antialergică (se găsește în special în arborii exotici -salcâmul galben japonez și ginkgo biloba). Efect asemănător îl au Rutina și Hesperidina.

Histamina - este o amină biogenă, cu multiple acțiuni favorabile telangiectaziilor, având un efect puternic vasodilatator, hipotensiv și de creștere a permeabilității capilare. Nu se administrează persoanelor alergice.

Tiramină - este o amină biogenă, cu puternică acțiune vasoconstrictoare.

Hastina hidrolizată - regenerează țesutul conjunctiv.

Dexpantenol concentrat - se transformă la nivelul pielii în acid pantotenic (Vitamina B5), implicat în procesele metabolice centrale de producție a energiei, care sporește capacitatea de regenerare a celulelor, având și o acțiune hidratantă.

Lanolina - substanță grasă extrasă din lâna oilor, care pătrunde ușor în țesutul cutanat, deoarece conține colesterol. Colesterolul se combină cu proteinele din celulele epiteliale, formând un complex lipoproteic (cenapsă). Lanolina folosită în unguente permite absorbția rapidă a substanței active a medicamentului.

Oxidul de zinc - manifestă o acțiune astringentă protectoare, calmantă, de reducere a iritațiilor tegumentului. Prin efectul său de precipitare a proteinelor, prin scăderea secrețiilor și transformarea în hidroxid de zinc, cu proprietăți coloidale (prin formarea unui strat fin dispersal), oxidul de zinc formează un strat protector, întărind țesutul epitelial și desconggestionând pielea. Se folosește în cantitate mică la tenurile grase, cu forme cuperozice.

Microelemente (cobalt, mangan, siliciu, seleniu, zinc) stimulează sistemul enzimatic și hormonal în favoarea activării metabolismului celular.

Coenzima Q10 este o substanță cu rol asemănător vitaminelor, ce este produsă de către organism, dacă acestuia din urmă i se oferă toți nutrienții necesari. Coenzima Q10 se regăsește în toate celulele organismului, și cu precădere în celulele organelor cu activitate intensă - precum inimă, ficat și creier. Studiile științifice au arătat că această coenzimă are efecte benefice asupra sănătății organismului. Astfel, s-a arătat că se poate folosi coenzima Q10 în tratarea afecțiunilor cardiace, aterosclerozei și hipertensiunii. Coenzima Q10 mai este folosită și în tratarea diabetului și bolii Parkinson, în reducerea nivelului de colesterol, și în alinarea durerilor cauzate de migrene. În plus, coenzima Q10 este un puternic antioxidant. Descoperită în anul 1957, coenzima Q10 joacă un rol important în obținerea de energie din alimentele consumate. De atunci cercetătorii au studiat ce efect are coenzima Q10 asupra unor variate boli și afecțiuni.

CAPITOL 34. Aminoacizii

Aminoacizii sunt molecule organice structurale prezente în țesuturi, componente fundamentale ale peptidelor, polipeptidelor și proteinelor. Numărul, secvența și interacțiunea biochimică a aminoacizilor dintr-o moleculă proteică determină caracteristicile biologice și chimice ale acestora.

Proteinele fundamentale ale pielii sunt collagenul și elastina (proteine structurale), precum și cheratina (acoperire și protecție).

Polipeptidele sunt substanțe biologice active de importanță deosebită. Au o mare varietate de funcții biologice, incluzând:

- sunt componente structurale esențiale ale țesuturilor
- funcție hormonală (peptide hormoni: insulina, angiotensina II)
- formează imunoglobulinele (anticorpi), având rol fundamental în imunitate

- rol de mesageri biochimici pentru reconstrucție și reparare celulară. Prin intermediul receptorilor specifici activează genele implicate în regenerarea și proliferarea celulară epidermică.

- stimulează formarea de fibronectină și glucozaminoglicani (componente ale matricei extracelulare)

Aminoacizii și polipeptidele utilizate în produsele cosmetice acționează ca hidratante, nutritive și regenerante. În acest mod celulelor pielii li se proporționează substanțe pe care le vor metaboliza și utiliza în fabricarea de proteine (colagen, elastină). Rezultatul va fi o piele mai elastică, densă și hidratată.

Aminoacizi neesențiali: acidul aspartic, alanina, asparagina, cisteina, glicina, glutamatul, glutamina (cu precursorul ei, acidul glutamic), prolina, serina, tirozina.

Aminoacizi esențiali; arginina (cu precursorul ei, ornitina), fenilalanina (aminoacid aromatic), histidina, izoleucina, leucina, lizina, metionina, treonina, triptofanul (aminoacid aromatic), valina.

Aminoacizii ajută la formarea colagenului.

Pielea reprezintă 8% din greutatea corporală a unui adult, iar conținutul său de proteine este foarte ridicat. Colagenul reprezintă 70% din totalul proteinelor pielii, fiind cea mai bogată proteină din corpul uman, cu o structură moleculară complexă și un conținut aminoacidic uniform și foarte definit. Celulele țesutului conjunctiv subcutanat al pielii se numesc fibroblaști. Fibroblaștii formează colagenul și repară pielea fragilă și deteriorată, asigurându-i tonusul și elasticitatea. Activitatea fibroblaștilor care produc colagenul se diminuează în timp, din cauza îmbătrânirii sau altor motive (obiceiuri alimentare, diete, fumat, expunerea prelungită la razele soarelui). În consecință, pielea îmbătrânește, își pierde tonusul, prospețimea, luminozitatea, volumul și apar ridurile și cutele. Pentru a produce colagen, fibroblaștii folosesc un suport nutritiv: aminoacizii, care sunt fundamentali pentru a compensa activitatea diminuată a fibroblaștilor.

Aminoacizii hidratează pielea

Cu cât este mai mare cantitatea de aminoacizi disponibilă în zonele interesate, cu atât crește vitalitatea și numărul de celule care formează colagenul. În consecință, se îmbunătățesc simțitor aspectul și textura pielii. Terapia ART furnizează aminoacizii necesari ca pielea să fie mai tânără, mai fermă și mai hidratată. ART nu maschează ridurile, petele sau cicatricile, ci le tratează. Este demonstrat științific faptul că pacienții de orice vârstă au o piele mult mai tânără și mai luminoasă după tratamentul cu ART, efectul fiind unul natural și nu artificial. Este ca și cum ai fi făcut un pas înapoi în timp: după tratamentul cu ART nu doar te vei simți, ci chiar vei fi mai tânără, fără să apelezi la metode chirurgicale dureroase.

CAPITOL 35 . Deshidratarea ca fenomen

60% din țesutul cutanat este constituit din apă, aproape 3 litri de lichid ce asigură sănătatea și vitalitatea organismului.

70% din apa conținută în piele este localizată în derm, unde au loc procesele metabolice. Restul de 30% se află în epiderm, în special în stratul cornos (cel mai superficial).

Dermul este un depozit de apă, având rolul de a alimenta epiderma, stratul din exterior. Unele medicamente cu efect diuretic provoacă unele pierderi de lichide, iar dacă acestea se iau timp îndelungat, acest fapt duce la deshidratare și îmbătrânire prematură.

Bolile de piele produc, de asemenea, deshidratarea pielii prin apariția unor eczeme, în urma cărora pielea devine aspră și se poate crăpa.

Afecțiunea numită **IHTIOZĂ** - este o afecțiune cutanată ce constă în uscarea excesivă a pielii, care la palpare este aspră și crăpată, acoperită de scoame cenușii.

Principalii factori care duc la deshidratarea pielii:

- Alimentația incorectă, săracă în fructe și legume
- Agresiunile de tip climatic (frig, soare, vânt)
- Agresiunile de tip chimic (săpunuri, detergenți)
- Produse cosmetice neadecvate și poluarea
- Expunerea excesivă la soare fără o protecție a pielii
- Abuzul de medicamente aplicate pe piele sau administrate pe cale internă

- Utilizarea incorectă a aparatelor de bronzat

Când cantitatea de apă din piele scade drastic apare fenomenul de deshidratare, care provoacă deteriorarea pielii.

CAPITOL 36. Fenomenul de hiper-pigmentație

Petele brune sunt provocate de o dereglare a sistemului melanocitelor, care se produce prin tulburările de melanizare.

Procesul de producere a pigmentilor este normal să se realizeze în mod omogen, dar se pot produce aglomerări în ciorchini a pigmentului melanină, ce se poate accentua sub efectul radiațiilor UV (principalele responsabile de apariția de noi pete și agravarea celor existente).

Un alt motiv este înaintarea în vârstă și încetinirea activității celulare, în special după vârsta de 40 ani. La această vârstă melanina nu mai migrează uniform și se concentrează în anumite celule.

Factori

- Hormonali, sarcină
- Administrarea de contraceptive
- Folosirea unor tratamente hormonale
- Utilizarea produselor parfumate în timpul expunerii la soare
- Folosirea produselor fotosensibile pe piele
- Factori genetici, carențe vitaminice (lipsa vitaminei A și C)

- Traumatismele pielii care se pot produce în urma unor operații sau intervenții estetice (lifting, peeling medical, laser la nivelul feței)
- Folosirea produselor cu corticoizi

Pigmentația se poate produce sub influența multor factori, dar cei mai importanți sunt cei datorati razelor UV.

Tratamentul pistruilor și al petelor

Din cauza razelor UV puternice foarte multe persoane cu ten deschis la culoare se pigmentează prin apariția efelidelor (pistru), în special în zona geniană. Efelidele reprezintă acumulări de pigment ce devin mai pregnante în perioada când soarele este mai puternic.

Soluții sau produse pentru combaterea efelidelor și a petelor:

- **Biocaroten E** - are rol antioxidant, protejează celulele împotriva radicalilor liberi, radicali ce sunt produși de razele UV
- **Herbal bitter** - bitter suedez - extract natural fără alcool din 15 plante medicinale; se folosește intern și extern, are rol protectiv pentru piele
- **Efelidal** - loțiune pentru pielea pătată (pistru, pete brune); conține aloe vera, vitamina C cu rol antioxidant, argilă; se aplică seara, înainte de culcare
- **Crema efelidal** - conține vitamina C, ceară, propolis și antioxidanți; este eficientă în dispariția petelor, chiar și a celor de pe mâini (forma de început). Nu se recomandă persoanelor alergice la propolis
- **Cremă de albire cu extract de păpădie și lămâie** - se aplică cu Efelidal dimineața și seara
- **Herbagen** - substanță emolientă, hidratantă, cu rol de albire; poate preveni apariția petelor și se aplică în strat subțire prin masaj.

CAPITOL 37. Influența hormonilor asupra pielii

Hormonii sexuali, atât la bărbați, cât și la femei, reglează toate procesele legate de reproducere, îmbunătățind aspectul și sănătatea pielii. La bărbați glandele sexuale masculine devin active la începutul pubertății prin producerea de testosteron, hormon responsabil de caracteristicile secundare (creșterea părului, schimbarea vocii)

Hormonii sexuali masculini determină o piele mai groasă, o piele cărnoasă, cu mai multe straturi decât la femei, mai pigmentată și mai puțin fină la pipăit față de femei. Grosimea scade odată cu înaintarea în vârstă. Activitatea glandelor sebacee este mult mai mare, mai activă, secretând mai mult sebum și producând o transpirație mai abundentă. Ridurile sunt mult mai pronunțate.

La femei, la începutul pubertății, se produc doi hormoni: foliculina și progesteronul.

Foliculina - influențează constituția pielii prin scăderea grosimii epidermei, încetinește secreția glandelor sebacee, determină depunerea de grăsimi în anumite zone ale corpului; determină o anumită diminuare a tonusului muscular.

Starea pielii este influențată de variațiile hormonale din timpul ciclului menstrual. În zilele premergătoare ciclului menstrual producția de sebum scade, pielea devine mai uscată, iar ridurile mai pronunțate. Este foarte important ca în această perioadă să nu se execute tratamente cosmetice cu toate operațiunile schemei.

Progesteronul - diminuează producerea de collagen.

CAPITOL 38. Descrierea procesului de tonifiere

Tonusul este starea fiziologică normală de contracție a mușchilor; datorită stresului, oboselii, vârstei sau unor tulburări interne se poate instala atonia musculară.

Tonifierea și revitalizarea țesuturilor se pot realiza prin tratamente cosmetice efectuate în cabinet și la domiciliu. În cazul tratamentului cosmetic se vor folosi toate procedeele mecanice, fizice și chimice, care au rolul să stimuleze fibrele elastice și musculare și procesele metabolice celulare.

Mijloace mecanice - masajul manual folosind mișcări energice, deci tonice profunde, efectuate cu rapiditate, producându-se o stimulare a fibrelor elastice, o activare a circulației sanguine și limfatice și revitalizarea țesuturilor.

Mijloace fizice - pulverizările reci cu ajutorul vaporelului, folosind diverse lichide, sucuri, stimulând de asemenea fibrele elastice.

Scânteierile cu electrodermul - peste o compresă îmbibată în suc de fruct. Folosirea aparatelor de vibrații.

Mijloace chimice - cuprind produse active încorporate în creme, măști, loțiuni tonice.

Masajul cosmetic

Este o combinație de mișcări și presiuni executate manual sau cu ajutorul aparatelor, cu scop igienic și estetic, pentru a păstra un timp îndelungat elasticitatea și vitalitatea mușchilor pielosi și chiar a dermului.

Scopul masajului este întreținerea vitalității țesutului elastic din derm, împiedicându-se apariția unor modificări inestetice.

Masajul cosmetical se deosebește de masajul dermatologic prin faptul că se aplică pe o față sănătoasă, fără probleme dermatologice. Masajul facial este un procedeu complex de operațiuni ce se execută cu scop estetic și terapeutic începând de la vârsta de 18-20 ani, odată cu apariția ridurilor.

Masajul dermatologic corectează sau tratează anumite alterări ale pielii și este indicat în anumite afecțiuni ca acneea, eliroza facială, celulita.

Efectele masajului facial

- Învieorează țesuturile faciale și intensifică circulația sanguină a pielii
- Menține tonusul și elasticitatea pielii
- Stimulează activitatea glandelor sebacee

- Îndepartează depunerile de grăsimi și descuamarea mecanică
- Estompează ridurile
- Relaxarea organismului, a sistemului nervos
- Efect de decongestionare
- Efect de hrănire a pielii prin aplicarea serumurilor, a cremelor cu principii active (vitaminele A, E, C, acid hialuronic, colagen, enzime)

Clasificarea masajului cosmetic

În funcție de scopul urmărit și de regiunea căreia se adresează:

- Masaj de întreținere a feței, gâtului și decolteului, scopul fiind de întreținere a vitalității, tonusului elastic din derm și a mușchilor pielosi
- Masajul de relaxare - scopul este de relaxare a întregului organism

- Masaje special de întreținere a mâinilor, picioarelor, pielii capului, părului, masajul Jaket și masajul decongestiv.

Masajul facial se efectuează în regiunea feței, gâtului și decolteului, și se execută în cadrul tratamentului cosmetic după procesul de curățare sau în ședințe separate, fiind urmat de aplicarea tratamentului cosmetic.

Diferențierea mișcărilor de masaj

Cosmeticiană va trebui să folosească mișcările de masaj cele mai potrivite pentru fiecare client, ținând seama de tipul și calitatea pielii, vârstă și stare psihică.

În funcție de tipul de ten va trebui să aleagă mișcări de masaj cu care să obțină efecte benefice astfel :

1. **Ten normal - eudermic** - ten tânăr, cu toate funcțiile normale, care nu are nevoie decât de întreținere: sunt indicate mișcări de eflorare, ușoare, într- un ritm moderat, fără o intensitate prea mare și cu o durată de 8-10 min.
2. **Ten uscat - deshidratat sau alipic** - va beneficia de mișcări de eflorare rapide pentru activarea circulației sanguine și limfatice. Acestea vor fi combinate cu câteva mișcări tonice de intensitate moderată, cu scopul activării și stimulării funcțiilor glandelor sebacee și sudoripare.
3. **Ten gras** - cu pori dilatați, cu piele îngroșată, va beneficia de mișcări energice și de profunzime pentru eliberarea sebumului din orificiile polisebacee.
4. **Ten palid** - mișcări de eflorare rapide și majoritatea mișcărilor energice, cu scopul activării circulației sanguine.

Un alt criteriu de care trebuie să țină cont cosmeticiană în efectuarea masajului este vârsta clienței. La persoanele tinere scopul este de întreținere și menținere a aspectului frumos al tenului. Ședințele de masaj variază între 8 - 15 min.

La persoanele mature masajul va dura 10-15 minute, iar mișcările energice vor avea o intensitate moderată, ținând cont de tonusul muscular diminuat.

În funcție de starea psihică a clienței se vor alege mișcări de masaj ce convin cel mai bine pentru relaxare.

Grupe de mișcări de masaj facial

I. Grupa mișcărilor de netezire, eflorage

II. Grupa mișcărilor tonice, de profunzime

III. Grupa mișcărilor de vibrație

I. Cu mișcările de mângâiere netezire sau eflorage va începe și se va termina masajul. Sunt mișcări superficiale, care se execută cu pulpa degetelor sau cu mâna deschisă. Sensul mișcărilor este determinat de direcția circulației sângelui și limfei (de jos în sus). Mișcările de eflorage se execută pe direcție liniară, circular, în zig-zag, spirală, foarfece.

Prin acest masaj:

- se urmărește capacitatea de absorbție a cremei hrănitoare aplicată pe piele

- se obține o relaxare generală

- se realizează o intensificare a circulației sângelui și limfei, o stimulare a activității mușchilor.

II. Mișcările energice, tonice, de profunzime, spre deosebire de cele de mângâiere, intervin asupra straturilor mai profunde ale pielii. Acest masaj se recomandă pentru intensificarea circulației locale, pentru decongestionarea țesuturilor mai profunde și pentru îndepărtarea excesului de sebum din glandele sebacee. În funcție de modul lor de execuție mișcările energice se pot categorisi astfel:

a. ***Pianotatul*** - este procedeul care constă din mișcări executate cu patru degete, mișcări asemănătoare celor făcute la pian. Se efectuează în scopul revitalizării țesuturilor și pentru activarea circulației sângelui. Stimulează terminația nervoasă și are efect pozitiv asupra ridurilor superficiale, în special la cele de la colțul extern al ochilor. Se adresează regiunii din jurul ochilor, șanțul nazo-genian, zona geniană. Direcția de execuție este liniară sau circulară.

b. ***Tapotatul*** - constă din mișcări scurte, dese și ritmice, aplicate cu toată fața palmară a degetelor. Prin acest procedeu se obține o intensificare a hrănirii țesuturilor, o creștere a tonicității mușchilor, se elimină deșeurile organice de la nivelul pielii, se stimulează țesutul elastic și terminațiile nervoase.

c. ***Frământatul*** - mișcările se aseamănă cu frământarea aluatului. Porțiunea respectivă se apucă între degetul mare și celelalte degete. Acest procedeu se caracterizează printr-o acțiune stimulatorie și de tonifiere a mușchilor. Se recomandă în special în cazul tenului gras, deoarece îndepărtează surplusul de sebum al glandelor sebacee. Zone recomandate pentru execuția lui sunt zona

geniană și zona bărbiei, iar direcția de execuție este liniar, orizontal, vertical, circular.

d. **Ciupitul** - ar putea fi considerat ca o variantă a masajului frământat. Se execută mai mult cu două degete și cu mișcări scurte și repetate, ca și frământatul; este indicat în situația tenurilor grase. Adresat zonei geniene și zonei bărbiei.

e. **Fricționarea** - constă din mișcări executate cu presiune, folosindu-se pulpa degetelor. Mișcările pot fi circulare, în zig-zag, verticale, orizontale, etc. Se recomandă pentru intensificarea circulației locale, pentru decongestionarea țesuturilor mai profunde și pentru penetrarea mai bună a substanțelor active în piele. Se execută în zona geniană, gât, decolteu, evitându-se zona glandei tiroide.

f. **Pălmuitul** - constă din ușoare pălmuiuri, executate pentru stimularea circulației sanguine și pentru creșterea tonicității mușchilor.

g. **Arpegiul** - se lucrează cu degetul mic, continuând cu celelalte degete de jos în sus. Se efectuează în scopul revitalizării țesuturilor și pentru activarea circulației sângelui, stimulează țesutul elastic și terminațiile nervoase, o creștere a tonicității mușchilor. Direcția de execuție este în evantai sau liniar.

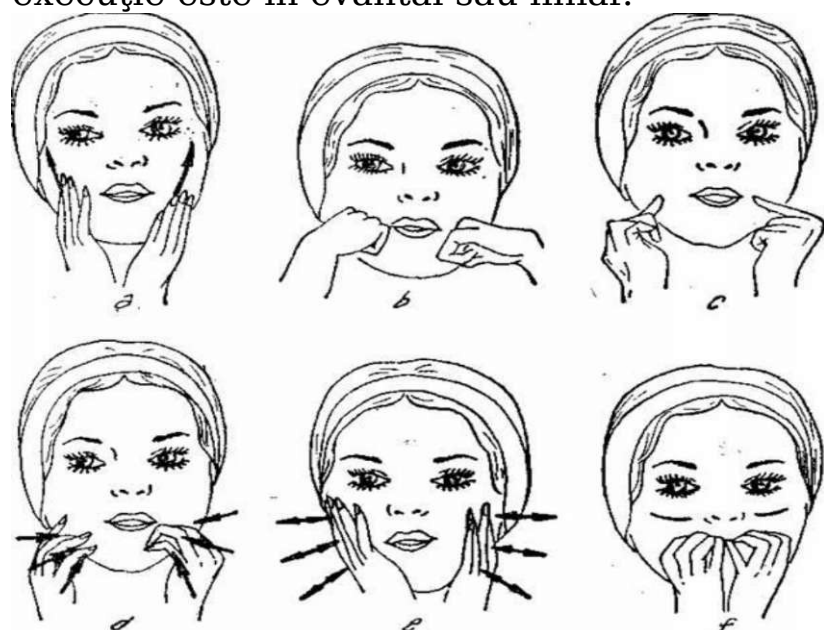


fig 17. Mișcări de masaj facial (a)mângâiere, b) frământat, c)ciupit, d) pianotat, e) tapotat , f) vibrația)

III. Mișcări vibratorii - se execută cu cele patru degete sau chiar cu întreaga palmă și constau din mișcări rapide de tremurare, de vibrație. Acționează în special asupra țesuturilor profunde.

Aceste mișcări sunt recomandate în special tenurilor atinse de cuperoză, congestive, având un efect calmant deosebit.

Mișcări adresate zonei frontale

- Se execută mișcări de mângâiere cu ambele mâini, care lucrează alternativ, pornind de la sprâncene și mergând până la rădăcina firului. Pornind de la tâmpla stângă spre tâmpla dreaptă, și invers, se efectuează mișcări în zig-zag (degetele mijlocii se întretaie).
- Pentru prevenirea ridurilor de la rădăcina nasului se execută aceleași mișcări în zig-zag, pornind de jos în sus.
- Atât pentru ridurile orizontale, cât și pentru cele verticale se execută mișcări circulare, pornind de la rădăcina nasului spre tâmple și de la o tâmplă la cealaltă.
- Mișcarea de lifting executată cu policele de la o tâmplă la cealaltă, apoi cu toate degetele pe întreaga regiune a frunții, până la inserția firului de păr.
- Mișcarea de vibrație prin punctare, urmată de vibrația cu fața palmară. Fiecare mișcare este urmată de mângâiere netezire, cu fețele palmare.

Mișcări adresate zonei tâmpelor

- Mișcări sub formă de cercelete mici și mari, sub formă de 8, fixându-se mâna stângă la tâmplă cu policele și mediul, iar cu dreapta se execută mișcările.
- Mișcarea de pianotat
- Mișcarea de presopunctură

Mișcări adresate sprâncenelor și zonei oculare

- Se execută ciupituri, apucându-se sprâncenele între degetul mare și mijlociu, pornind de la rădăcina nasului spre tâmplă.
- În aceeași direcție executăm mișcări de mângâiere cu degetele arătător și mijlociu în poziție de V (așa-zisa foarfecă)
- Mișcarea de glisare cu pulpele degetelor din interiorul orbicular către terminația sprâncenelor, continuându-se cu mângâierea sub ochi
- Mișcarea circulară, oculară, care se execută de 3-5 ori
- Mișcări de vibrație sub ochi, fixându-se indexul și mediul în zona orbiculară, continuându-se cu mișcări circulare în zona sprâncenei
- Harfa pleoapei inferioare, harfa pleoapei superioare
- Forfecarea ochiului
- Pianotatul ocular circular
- Mișcarea de pompare și relaxare
- Ochelarul

Mișcări adresate nasului

- Cerculețe pe aripile nasului de la baza nazală spre coamă
- Forfecarea nasului
- Pentru pielea excesiv de grasă se realizează ciupitul
- Șanțul nazo-genian, mișcare de jos în sus, sub formă de 8

Mișcări adresate buzelor și bărbiei

- Harfa buzei inferioare, harfa buzei superioare
- Cu nodulele indexelor, mișcare sub formă de cerculeț la comisura buzelor, pentru tratarea parantezei

- Frământarea bărbiei, ținându-se cont de sensul mișcării bărbiei
- La bărbia dublă palmuiri cu pulpele degetelor
- Forfecarea bărbiei
- Arpegiul

Mișcări adresate zonei geniene (obrajilor)

- Mișcarea de frământare cu pulpele degetelor inelar, mediu și index, de jos în sus
- Fricționarea circulară a zonei geniene cu nodurile degetelor
- Mișcare de arpegiu, prin loviri cu pulpele degetelor de jos în sus
- Ciupitul și palmuitul zonei geniene și mușchilor maxilari
- Mângâiere netezire pe toată suprafața facială
- Vibrația plană și cea punctată
- Zborul păsării prin încrucișarea mâinilor (mișcare de mângâiere prin încrucișarea mâinilor pe toată suprafața facială)
- Mișcarea de pompare și relaxare

Mișcări adresate gâtului și decolteului

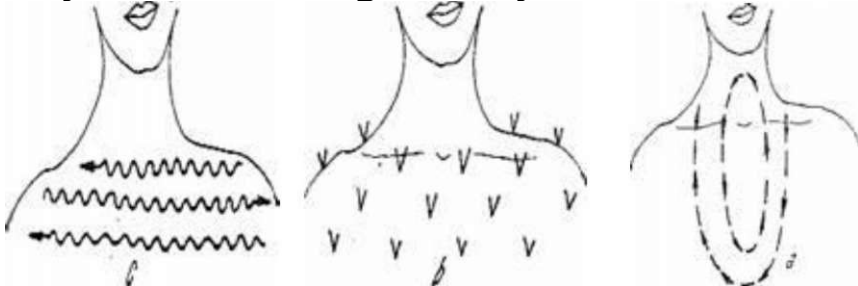
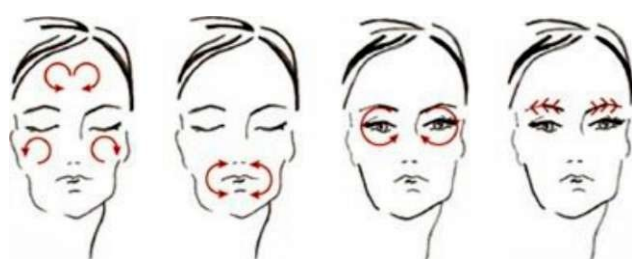
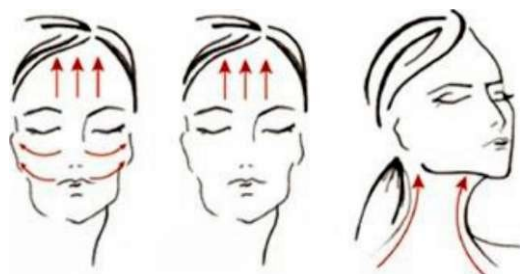


Fig 18. Mișcări masaj adresate gâtului și decolteului

- Masajul gâtului se efectuează cuprinzând gâtul între degetul mare și celelalte degete și cu mișcări care se execută alternativ cu o mână, apoi cu cealaltă, se pornește chiar de sub urechi, mergând spre decolteu
- Pornim de la decolteu, deschidem mâinile sub formă de evantai și cu mișcări de mângâiere netezire către umeri și revenind spre decolteu
- Zig-zag și zig-zag-ul punctat și prin vibrație, de la decolteu înspre gât, revenind înspre decolteu cu mișcări de mângâiere
- Fricționarea zonei decolteului, revenind înspre zona cefei, se masează ceafa și umerii
- Arpegiu, apoi mângâiere netezire de la un omoplat la celălalt
- Venim cu fața palmară pe zona cefei, apoi desprindem cu policele și venim în jos până la brațe, revenim cu arpegiul pe umeri până înspre ceafă
- Susținem cu mâna stângă ceafa și venim cu mișcări de vibrație din zona sânilor înspre gât
- Fricționare, apoi mergem în sus spre zona feței la care începem masajul prin mișcări de mângâiere netezire.



Obligațiile cosmeticienei la efectuarea masajului

- Cosmeticiana trebuie să cunoască anatomia și fiziologia pielii și a mușchilor pieloși. Aceasta are importanță în direcția de execuție a mișcărilor, în intensitatea lor și alegerea mișcărilor sau grupelor de mișcări.
- Cosmeticiana trebuie să cunoască calitatea pielii pe care o masează (tipul de ten). Este important să cunoască tipul de ten pentru alegerea produsului de masaj, pentru stabilirea duratei masajului și a mișcărilor de bază.
- Trebuie să cunoască gradul de grosime și sensibilitate al pielii.
- Trebuie să aibă o mobilitate mărită a degetelor, dobândită prin gimnastica mâinilor
- Mâna cosmeticienei trebuie să fie bine îngrijită, cu o piele catifelată și unghiile tăiate
- Măinile trebuie să lucreze simultan sau alternativ, în funcție de execuția mișcării
- Legea de bază a masajului prevede ca mâna cosmeticienei să adere pe suprafața pielii și să nu părăsească suprafața de masat în timpul execuției, iar mișcările de bază să fie legate între ele prin mișcarea de pianotat
- Mișcările se execută de 3-5 ori, în funcție de tipul de ten (tânăr 3 ori, matur 5 ori).
- Cosmeticiana trebuie să fie calmă, liniștită, să nu execute masajul în grabă sau să-l întrerupă
- Mișcările de masaj trebuiesc executate într-o anumită ordine și direcție. Se începe cu grupa mișcărilor de eflorage, mângâiere netezire și se încheie cu aceleași mișcări
- În ceea ce privește direcția, la tenul congestionat mișcările de masaj se execută de la frunte spre decolteu, iar la celelalte tenuri de la decolteu spre frunte
- Mișcările de masaj trebuie să fie adecvate regiunii unde se execută

- Masajul nu se face brutal și cu mișcări energice de la început până la sfârșit
- Cosmeticiană are obligativitatea să folosească o cremă grasă, vitaminizată pentru tenul uscat, alipic, casectic, iar pentru tenul gras o cremă nutritivă sau un gel de masaj, ulei cu azulenă, etc.
- Durata masajului este în funcție de calitatea tenului și de vârstă.

CAPITOL 39. Mușchii mimicii (piełoși)

Mușchii capului se împart în două categorii: mușchii mimicii (mușchii piełoși) și mușchii masticatori. Dintre aceștia un deosebit interes în cosmetică îl prezintă mușchii mimicii.

Mușchii mimicii sunt aceia care dau expresie feței și sunt numiți și piełoși, deoarece unul din cele două capete (inserții) se fixează obligatoriu pe piele. Acești mușchi au un volum mic și o forță redusă și sunt așezați în jurul orificiilor feței.

Mușchii mimicii, sub acțiunea sistemului nervos, se contractă și permit astfel exteriorizarea stărilor psihice. Mimica este tocmai înfățișarea individuală a feței în mișcare, adică aspectul dinamic al feței, spre deosebire de fizionomie, care este înfățișarea statică, în repaus, a feței.

Modul de acțiune al unui mușchi pielos este simplu. Prin contracția sa un mușchi pielos încrețește pielea și formează un relief linear (cută), orientat perpendicular pe direcția tracțiunii. După încetarea contracției, pielea revine la poziția inițială datorită elasticității ei proprii și a tendoanelor mușchiului. Cutele, la început temporare, devin cu timpul definitive, făcând parte din fizionomie.

Fizionomia se datorează următorilor factori: aspectul individual al craniului, calitățile pielii și părului, grăsimea, mușchii masticatori superficiali, mușchii piełoși, forma nasului, forma pleoapelor și mărimea fantei palpebrale, culoarea ochilor, șanțul feței (nazolabial, mentolabial, submental, palpebral, inferior și superior "labă de gâscă") și starea psihică.

Mușchii mimicii și acțiunea lor

Mușchii bolții craniene

- Mușchiul occipito-frontal - are două porțiuni musculare, frontală (anterioară, la frunte) și occipitală (posteroară, spre ceafă), unite prin aponevroza epicraniană. În mimică este mușchiul atenției, surprizei, admirației, fricii, spaimei; în plus deschide crăpătura palpebrală. Acest mușchi încrețește fruntea și ridică sprâncenele.
- Mușchiul temporoparietal este rudimentar la om

Mușchii pleoapelor

Mușchiul orbicular, al ochiului, este situat în grosimea pleoapei și la nivelul orbitei și este format din trei porțiuni: palpebrală, orbiculară și lacrimală. Forma sa este circulară. În mimică intervine alături de alți mușchi în răs și plâns; coboară sprânceana și netezește pielea frunții.

Intervine în exprimarea gândirii profunde. Porțiunea orbitală determină prin contracția ei circulară o serie de cute radiare la nivelul unghiului extern al ochiului (labă de gâscă). La nivelul locului unde se separă porțiunea orbitală de porțiunea palpebrală iau naștere șanțul palpebral superior și șanțul palpebral inferior. **Mușchiul sprâncenos** este situat sub mușchiul orbicular al ochiului. În mimică participă la exprimarea durerii, nerăbdării, mâniei, gândirii profunde. El trage sprânceana în jos, determinând apariția unor cute verticale între cele două sprâncene.

Mușchiul depresor al sprâncenei este situat între mușchiul sprâncenos și rădăcina nasului; contracția sa coboară sprânceana.

Mușchiul piramidal este situat pe dosul nasului și la nivelul părții inferioare a frunții. În mimică intervine în emoții dureroase sau exprimă amenințarea. El coboară pielea dintre sprâncene și produce cute orizontale la rădăcina nasului.

Mușchii nasului

Sunt slab dezvoltati și sunt reprezentați prin doi mușchi: mușchiul nazal și mușchiul depresor al septului. Mușchiul nazal trage vârful nasului în jos prin apăsarea asupra aripiei nasului, comprimă orificiul nazal, prin porțiunea sa transversală, și dilată nările prin porțiunea sa alară.

Mușchii din regiunea gurii

Mușchiul orbicular al gurii este situat în jurul gurii fiind tot un mușchi circular, ca și mușchiul orbicular al ochiului. El are două porțiuni: marginală și labială (centrală). În mimică contribuie la exprimarea durerii fizice, necazului, relei dispoziții, energiei și deciziei. Contracția sa duce la închiderea obișnuită a gurii sau forțată, prin presarea buzelor pe arcadele dentare.

Mușchiul buccinator este situat în grosimea obrazilor, deci lateral față de cavitatea bucală. Este cel mai puternic mușchi pielos. El este un mușchi mai profund, situat orizontal și are extremitatea anterioară fixată pe pielea și mucoasa comisurii bucale. În mimică intervine împreună cu alți mușchi în râs și plâns, trage de comisuri și lățește comisura bucală. Rolul său în mimică este mai puțin important decât rolul în masticatie, fluierat și cântat cu instrumente de suflat.

Mușchiul ridicător al buzei superioare și al aripiei nasului este situat în șanțul dintre nas și obraz (șanțul nazogenian) și se termină pe aripa nasului. Ridică aripa nasului și buza superioară. Mușchiul ridicător al buzei superioare este situat lateral și se termină la nivelul buzei superioare. În mimică ia parte la exprimarea neplăcerii și proastei dispoziții.

MfropWtif 7 / A 1 ffl f h Lr, \

$$j_i \frac{K}{m} \frac{J}{W} \bigg|_{iw} - J[\backslash - O /// z_i \bullet]$$

WM fcOMW
 f r / a r f A » / - — / a r aarat&'sS* / | ^ / y ^ V
 îârJ/e/ YtMtff îî/îe/ si//7er/*<?>S î ^ îors/.oj/ân'/

Mușchiul zigomatic mic este situat între ridicătorul buzei superioare și zigomaticul mare, având inserțiile pe osul zigomatic și pe pielea buzei superioare; trage în sus buza superioară.

Mușchiul ridicător al unghiului gurii ("caninul") este situat lateral și sub zigomaticul mic în fosa canină; coboară comisura bucală; trage comisura gurii în sus.

Mușchiul zigomatic mare se inseră pe osul zigomatic, trece peste mușchiul buccinator și ajunge la comisura gurii. În mimică este cel mai important mușchi al râsului; trage comisura bucală în sus și lateral, lățind astfel crăpătura gurii și dându-i forma curbă și concavitatea în sus.

Mușchiul rizorius este foarte slab dezvoltat, uneori lipsește.

Mușchiul coborâtor al buzei inferioare (pătratul buzelor) este situat sub și înăuntrul precedentului, având forma unui patrulater. În mimică exprimă tristețe, dezgust sau ironie; trage buza inferioară în jos și o împinge înainte.

Mușchiul mentonier este situat sub coborâtorul buzei inferioare, se prinde de mandibulă la nivelul alveolelor dinților incisivi și pe pielea bărbiei; ridică vârful bărbiei și împinge înainte buza inferioară, ia parte la plâns. Între doi mușchi mentonieri poate lua naștere foseta bărbiei.

CAPITOL 40. Descrierea operațiunii de vopsire a genelor și sprâncenelor

Operațiunea de vopsire a genelor și sprâncenelor se realizează cu vopsea specială, adecvată zonei oculare și se găsesc în recipiente de 50 - 100 ml, în combinație cu oxidant de 3%. Se întâlnesc culorile negru, maro natural și închis, blond.

Ustensile și materiale consumabile necesare :

- Un bol micuț sau creuzet de porțelan
- Vopsea și oxidantul de 3%
- Pensula cu peri fini, oblică, pentru vopsire
- Bețișoare cu vată (pentru ștergerea surplusului de vopsea)
- Cremă pentru gresat pielea (deasupra curbei superioare și sub curba inferioară a ochiului)
 - Soluție de curățat
 - Tehnica de lucru
 - Demachierea zonei oculare cu un demachiant ocular sau un ulei bifazic

bifazic

- Degresarea (loționarea cu o loțiune tonică fără alcool)
- Analizăm starea de sănătate a ochiului și a zonei sprâncenoase
- Protecția pleoapei mobile și a pleoapei inferioare, aplicând o peliculă ușoară de cremă cu ajutorul unui bețișor deasupra curbei inferioare

și sub curba superioară a sprâncenei, astfel încât să nu atingem firele de păr

- Aplicăm două jumătăți de dischetă umectate în prealabil în infuzie de plante și le punem deasupra pleoapei inferioare și sub pleoapa superioară.

Pregătirea vopselei

- În bol punem 3-5 gr vopsea și cca 3 picături de oxidant 3% ; se omogenizează bine cu bețișorul până începe să-și schimbe culoarea și se aplică apoi cu ajutorul pensulei, întâi genele (timp 10-12 min) apoi sprâncenele (timp 7-8 min) cu pensula sau cu bețișorul cu vată.
- Vopsirea se face de la rădăcina genelor către vârf, apoi pensulăm ușor firele de păr, pentru ca vopseaua să se uniformizeze pe firele de păr.

Procedura de ștergere

- Venim cu un bețișor uscat și luăm grosul vopselei, îndoim jumătatea de dischetă peste gene, o rulăm ușor în exterior și o scoatem, apoi cu o dischetă umedă ștergem ușor.
- La sprâncene se șterge cu un bețișor uscat surplusul, apoi se vine cu o dischetă umedă pentru ștergere.
- La sfârșit se aplică un gel calmant ocular.

Contraindicații la vopsit

- Nu se realizează vopsirea când clienta este la ciclu menstrual.
- Nu se realizează vopsirea persoanelor cu diverse afecțiuni oculare (conjunctivită, cataractă, înroșirea oculară, tensiune oculară, rinită alergică, etc).
- Nu se realizează vopsirea când clienta are mască cosmetică pe față.

CAPITOL 41. Descrierea operațiunii de pensat

Operațiunea de pensat se realizează după vopsire cu ustensile speciale: pensete de diferite tipuri cu lamele oblice, drepte și cu vârful ascuțit.

Avem nevoie de dischete, forfecuță cu lamele drepte, perie cu pieptene și dezinfectant, două bețișoare pentru măsurarea sprâncenelor și stabilirea punctului de pornire și finalizare al sprâncenei.

Observarea sprâncenelor

Studiați forma sprâncenelor clientei dvs, acestea fiind elemente fundamentale ale structurii chipului cu care este ușor să vă jucați. "Jocul" cu sprâncenele permite restabilirea unei armonii care lasă de dorit.

Foarte multe femei își neglijează cu totul sprâncenele sau nu știu să le dea forma potrivită. Deseori ceea ce creează probleme este că distanța dintre arcada sprâncenelor și nas este inegală.

Începeți cu pensarea sprâncenelor, dându-le o formă naturală și discretă : eliminați surplusul, urmând cu atenție forma naturală a sprâncenelor clientei dvs. Apoi vorbiți despre importanța capitală a sprâncenelor pentru înălțarea privirii sale pentru ca altă dată să nu mai neglijeze acest aspect.

Dacă sprâncenele clientei dvs sunt dese, puteți începe prin a le pieptăna cu o perie pentru sprâncene pentru a vă ghida, apoi lucrați pe linii, plecând dinspre interiorul ochiului spre exterior.

Pensatul se stabilește folosindu-ne de trei măsuri importante:

Se realizează cu ajutorul unui bețișor pe vertical, să se vadă punctul de pornire sau rădăcina sprâncenei care poate fi în interior sau depărtat de zona intersprâncenoasă.

Bețișorul se așază oblic, de la baza nazală cu trecere prin terminația ochiului, această măsură stabilind punctul final al sprâncenei

Așezăm bețișorul orizontal pe zona inter-sprâncenoasă pentru a stabili nivelul echilibrat al sprâncenelor.



fig. 19

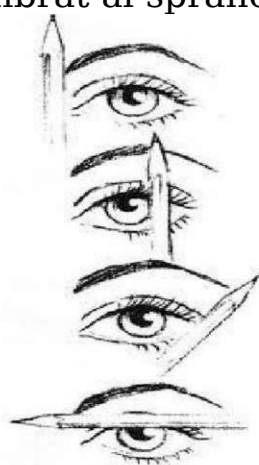


fig. 20 (măsurarea sprâncenelor)

Pensatul se realizează cu pulpele degetelor, prinzând penseta cu mișcări rapide la baza firului de păr în direcția de creștere. Când firele de păr sunt lungi în formatul sprâncenei, aceasta se periază în două sensuri: prima jumătate (de la rădăcină la inima sprâncenei) în sus și a doua jumătate (de la inima la capătul sprâncenei) în jos.

Punctul cel mai înalt al sprâncenei este în direcția irisului, iar sprânceana trebuie să fie 2/3 linia mai groasă și 1/3 linia mai subțire. Linia ascendentă redă luminozitate, iar linia căzută redă îmbătrânire, maturizare.

Este indicat pentru persoana cu format prelung, alungit al feței, ca linia sprâncenei să fie paralelă cu ochiul.

După pensare se dezinfectează și în situația în care s-a iritat, se aplică un unguent cu baneocin, unguent cu hidrocortizon sau gel calmant, antiinflamator.

Sprânceana este elementul principal în reliefarea frumuseții chipului, redând luminozitate, tinerețe, atunci când se respectă linia corectă. Ea poate avea diverse caractere, forme (linie groasă, linie curbată, linie ascendentă, gen antenă cu punct înalt, dreaptă, subțire).

Alt aspect, cel de natură dermatologică, este de a analiza corect baza firelor de păr, structura pielii, de a analiza dacă există alunițe cu excrescențe în forma sprâncenei sau fenomenul de exfoliere,

descuamare, care ne indică o piele deshidratată, subțire, fragilă, și trebuie să lucrăm cu multă atenție.

Forma sprâncenelor poate fi modificată prin pensare, după care se mai pot trasa linii cu creionul dermatograf.

Corectarea sprâncenelor se execută atunci când:

- Zona respectivă prezintă mulți peri împrăștiați
- Partea externă (spre tâmpile) a sprâncenelor este căzută, fiind necesară o nouă formă, care se va trasa cu creionul
- Sprâncenele sunt prea apropiate, se pensează partea internă și se corijează cu creionul
 - Sprâncenele sunt prea groase, se pensează pentru subțiere
 - Sprâncenele sunt prea subțiri, se îngroașă cu creionul

Culoarea sprâncenelor trebuie armonizată cu culoarea părului, în nici un caz nu pot fi culori contrastante. Forma sprâncenelor trebuie să fie într-un raport corect cu forma buzelor.

CAPITOL 42. Despre make-up cu profesionalism

Știați că aproape 30% din esteticieni nu practică machiajul la salon, după tratamentele pe care le efectuează? Cu toate acestea, este actul estetic care încheie tratamentul cosmetic. Recomandați-l (după ce a-ți studiat și deprins tehnica), iar rezultatele optime în prestarea serviciilor și vânzarea produselor nu vor întârzia să apară.

Fără nici o îndoială, machiajul realizat va dezvălui personalitatea celei care l-a efectuat. O esteticiană trebuie să aibă o formare profesională completă, polivalentă. Tratamente faciale, corporale, desigur, înșă tușa finală aparține machiajului. Un ten devine catifelat, privirea intensă, buzele delicat conturate sunt redefinite.

Culori intense, produse și instrumente utilizate cu îndemănare și, iată că rezultatul este extraordinar.

Există multe esteticieni care pun întrebări despre utilizarea produselor de machiaj. Tocmai datorită diversității produselor și noilor texturi, este necesar să se răspundă punct cu punct la întrebările adresate cel mai frecvent.

Pentru machiajul de zi trebuie să folosim fondul de ten ?

Desigur. Cele mai bune în acest scop sunt fondurile de ten fluide. Ușor de aplicat și relativ lejer, fondul de ten este cel mai bine vândut produs din lume. Asta nu înseamnă că pentru machiajul de zi nu se poate folosi o pudră compactă.

Când se folosește fondul de ten fluid?

Acest tip de fond de ten este folosit la uniformizarea coloritului, ascunderea imperfecțiunilor, ameliorarea aspectului pielii, dar și evidențierea culorilor anumitor produse de machiaj. Grație fondului de ten, culorile (fard de pleoape, de obraz, blush-ul) persistă mai mult

timp. Nu trebuie să uităm că fondul de ten protejează pielea, având acțiune hidratantă, încetinește procesul de îmbătrânire determinat de expunerea la soare.

Când se folosește fondul de ten compact ?

Acoperă mult mai bine decât cel fluid și se aplică cu ajutorul unui burețel. Dacă este întins bine, poate rezulta un aspect la fel de discret ca în cazul fondului de ten fluid. Folosirea lui necesită o anumită îndemânare. În anumite cazuri, rezultatul este net superior celui conferit de fondul de ten fluid : persistă mai mult timp și are un aspect mai bun.

Pudra compactă?

Este obținută din amestecul de corpi grași : de aceea nu usuca pielea și , de cele mai multe ori este hidratantă. De asemenea dacă este aplicată cu o pensulă specială pentru pudră, nu creează un aspect supraîncărcat. Rolul ei este de a crea un ten mat. Multe dintre pudrele compacte conțin o substanță care conferă luminozitate tenului și absorb sebumul secretat în timpul zilei (poliamide micronizate). Este un produs indispensabil pentru retusuri.

Pudra pulbere ?

Un produs minunat. Femeile o folosesc de 4000 de ani, dar a trebuit să ajungem la începuturile anilor 1900 ca să găsim compuşii finali. Pudra pulbere este folosită pentru a fixa fondul de ten. Coloritul este ameliorat de lejeritatea și naturalețea pudrei care ascunde parțial imperfecțiunile și conferă pielii un aspect catifelat. Pentru un machiaj de zi nu se poate să nu folosim măcar pudra.

Ce fond de ten să folosim?

Un fond de ten fluid sau unul sub forma de stik care acoperă mult mai bine, punând în valoare culorile machiajului aplicat peste acesta.

Ce cremă să aplicăm înainte de fondul de ten ?

Se pot utiliza creme de zi sau creme special concepute spre a fi aplicate înainte de fondul de ten. Se pot folosi chiar produse sub formă de fiola. Dacă pielea este uscată se poate recurge la o cremă hidratantă peste care se va aplica un produs pentru destinderea pielii (în general în fiola). La final se aplică fondul de ten.

Pudra usucă pielea?

Multe din pudrele aflate acum în comerț sunt hidratante și nu usuca pielea.

Însa nici pudra clasică nu usucă pielea dacă este aplicată după o cremă adecvată.

Acoperind fața, pudra, ca și fondul de ten , favorizează descuamarea. Aceste produse constituie un lejer gomaj cotidian care mentine pielea mai luminoasă. Utilizarea regulată a fondului de ten sau a pudrei ajută la menținerea pielii în bune condiții (cu condiția să fie îndepărtate seara cu demachiant) .

La ce produs să recurgem pentru a corecta anumite probleme ale tenului?

Se pot utiliza doua tipuri de produs : un corector pulbere compact ce permite acoperirea coșurilor, sculptarea nasului sau a obrazilor, micșorarea bărbiei. Corectorul deschis la culoare , sub formă de pulbere compactă se folosește pentru a deschide anumite zone ale fetei, pentru a le redefini (de exemplu, în cazul ochilor adanciți). Corectorul stik se foloseste înainte sau peste fondul de ten, înainte de aplicare pudrei, pentru a acoperi toată fața (sculptarea pomeților, micșorarea bărbiei). Este lucrat cu un buretel, tapotând cu degetele. Corectoarele intră în categoria produselor profesionale.

Cu ce putem contura sprâncenele?

Cu două produse: creionul sau fardul de sprâncene . Creionul rămâne încă un produs clasic indispensabil pentru a obține un contur perfect al sprâncenelor. Se foloseste negrul pe sprâncene negre, maro închis pe par roșcat, blond sau castaniu.

Apoi există fardul de sprâncene. Dacă nu aveți la îndemână se poate folosi și fard mat maro deschis sau închis. Avantajul acestor farduri este că nu contin grăsimi (cum ar fi creioanele) și astfel, linia trasată persistă fără a deveni translucidă. Trebuie să folosim o pensulă plată și rigidă (de tipul celei pentru aplicarea rujului).

În ce ocazii se foloseste luciul de buze?

Luciul de buze se poate folosi în timpul zilei în locul rujului. Glossurile sunt iubite în mod special de tinere. Sunt lejere, naturale, hidratează și protejează. Cât despre glossurile neutre recomandați aplicarea acestora peste rujul de buze, pentru al face mai strălucitor, mai luminos și pentru a da volum buzelor. Atentie, totuși : nu se aplică luciul de buze în cazul ridurilor perilabiale, deoarece nu este un produs stabil.

Prima sedință de machiaj profesional

Fiecare femeie este unică . În fiecare femeie există frumusețe care trebuie absolut respectată, exploatată și descoperită pentru a scoate la iveală toate atuurile sale naturale. Nu trebuie în nici un caz să poarte o mască. Personalitatea sa nu trebuie ascunsă, ci dimpotrivă exprimată.

Când o femeie vine să se machieze ea așteaptă ca noi, profesioniștii, să o punem în valoare, să o facem frumoasă.

Uneori după machiaj, ne auzim clienta spunând: " nu mă recunosc..." , " am impresia că port o mască. " . trebuie să încetăm să machiem o clientă exclusiv potrivit intuiției noastre, imaginației noastre. Pentru a machia o clientă corect și a o pune în valoare, este esențial să ținem cont de eul său interior.

Se pun două întrebări importante :

- Ce tehnică de machiaj va răspunde cel mai bine nevoilor clientei și o va satisface?
- Cum să faci un studio personalizat al unui model pentru a crea o îmbinare perfectă între machiajul său și sinele său ?

A machia este pe cât de complicat, pe atât de simplu totodată. Devine un joc de copii dacă înțelegi trucurile de realizare ale unui machiaj personalizat. Chipul unei femei este o carte deschisă care ne pune la dispoziție toate informațiile necesare pentru a o machia.

Cum realizezi un machiaj?

Realizarea unui machiaj trece prin mai multe etape :

- Alegerea culorilor;
- Alegerea liniilor și formelor care trebuie date machiajului;
- Respectul pentru nevoile clientei; respectul pentru gestica sa, etc.

Pentru a face asta este fundamental :

- Să " citești" și să înțelegi chipul;
- Să înțelegi culorile;
- Să ști să identifici intensitatea unei culori.
- Să înțelegi liniile și formele;
- Să înțelegi cum pot liniile și formele unui machiaj să modeleze și să sculpteze fața;
- Să înțelegi efectele pozitive sau negative pe care le pot avea liniile și formele asupra feței;
- Să înțelegi gestica clientei;
- Să înțelegi frumusețea fiecărei femei, etc.

Dacă aplicați un corector anticearcăn cu reflex cenușiu pe cearcănele cu reflexe aurii, clienta va îmbătrâni în câteva clipe!

La fel se întâmplă cu toate culorile pe care clienta le folosește la machiaj, coafură, îmbrăcăminte sau accesorii.

Machiajul. Reprezintă totalitatea unor operațiuni prin care devenim "mai frumoase" cu ajutorul fardurilor; este arta de a ne înfrumuseța fără să se observe.

Produse cosmetice și accesorii pentru machiaj în ordinea aplicării lor:

- **Demachiantul** - nu face parte din produsele pentru machiaj, dar el este necesar înaintea fiecărei fardări.
- **Loțiunea tonică** - este, de asemenea, obligatorie după demachiere.

- **O cremă bază** (hidratantă), care are rol de protecție
- **Fondul de ten** - sub formă de pastă compactă, cremă sau lichid. Pentru aplicarea fondului de ten compact avem nevoie de un burete mic, fondul de ten cremă și lichid, care se aplică cu ajutorul degetelor.
- **Fardul anticearcăn** - se poate prezenta sub formă compactă sau sub formă de cremă de culoare deschisă, care se aplică peste fondul de ten și sub pudră; maschează cearcanele și ochii înfundați.
- **Fardul corector** - este un produs cosmetic asemănător fondului de ten și se folosește pentru estomparea unor defecte
- **Pudra** - se prezintă sub formă de pulbere (cea mai obișnuită), compactă (indicată pentru retușuri în timpul zilei) și lichidă (recomandată în special tenurilor grase, datorită acțiunii sale sicative). Pudra poate fi în aceeași culoare cu fondul de ten sau mai deschisă.
- **Creionul dermatograf** - se folosește atât pentru machiajul sprâncenelor, cât și pentru conturul ochilor.
- **Tușul (eye-liner)** - se prezintă sub formă lichidă și se aplică cu o pensulă fină pentru conturul ochilor.
- **Fardul de pleoape** - se prezintă sub forma unor batoane sau pastile compacte, în culori foarte diferite. Aplicarea fardului compact se poate realiza cu ajutorul unei pensule.
- **Rimelul** - poate fi compact, când se aplică cu o periuță sau lichid, când conține o periuță spirală.
- **Creionul contur pentru buze** - se prezintă sub forma unui ruj mai subțire. Se alege în funcție de culoarea rujului sau poate avea o nuanță mai închisă.
- **Rujul de buze** - de obicei se recomandă folosirea a două culori diferite
- **Luciul pentru buze** - este un fard gras, în general sub formă de cremă, aproape incolor.

Produse esențiale pe care trebuie să le aveți la dumneavoastră tot timpul

- Farduri corectoare sau anticearcăne pentru a neutraliza decolorările nedorite precum cearcăne, vase sparte sau pete;
- Paleta de creme iluminatoare și de umbre pentru a contura și lumina;
- Pudra pulbere pentru a fixa fondul de ten, în nuanțe închise și deschise;
- Paleta de farduri de de pleoape de o varietate de culori de la neutre la strălucitoare în texturi mate și sidefate;
- Paleta de farduri de obraz într-o varietate de nuanțe pentru a se potrivi oricarui tip de ten;
- Farduri bronzante (unul mat și unul sidefat) pentru un aspect proaspăt de vară;
- Creioane pentru ochi folosite pentru sprâncene sau eyeliner și creioane- contur pentru buze pentru a sublinia sau "a umple" buzele;
 - Rujuri și lip gloss-uri de la transparente la mate;

- Rimel normal, rimel cu formulă de mărire a genelor, rimel rezistent la apă atunci când lungimea genelor nu este necesară;
 - Eyeliner rezistent la apă în nuanțe de negru și maro wather-proof deoarece este versatil și evident, rezistent. Puteți obține o linie puternică sau, un look mai light, să-l înmuiați cu apă.
- Țineți la îndemână un aparat standard de întoarcere a genelor pentru a crea gene frumoase, întoarce, dar înainte de a-l folosi ștergeți-l cu alcool 99%.

Aduceți mereu cu dvs o capă lungă pentru a acoperi hainele clienței, singurele culori acceptabile pentru o astfel de capă fiind numai negru sau alb, deoarece altă culoare ar reflecta ape pe piele, schimbând astfel tonul pielii.

Ustensile necesare pentru machiaj

Pentru a realiza un machiaj ideal este nevoie de puțină îndemânare, produse cosmetice de calitate, dar și de ustensile și pensule de make-up. Și pentru ca rezultatul să fie unul cu adevărat vizibil, trebuie să știi rostul fiecărei pensule și câteva sfaturi care să te ajute la întrebuințarea lor. Încearcă ceea ce îți propun și vei fi încântată de rezultate.

1. Ustensile necesare pentru față:

Burete sau pensula pentru fondul de ten:

Pentru aplicarea generală a fondului de ten este recomandat să folosești bureți, pe care îi găsești în comerț sub diferite forme. Fie că sunt forma unor pătrățele, triunghiuri sau discuri, bureții pot fi folosiți atât pentru fondurile de ten compacte, cât și pentru cele semilichide. Pentru punctele cheie ale feței poți folosi foarte bine și o pensulă, cu care să întinzi fondul de ten. Această pensulă este puțin mai mică decât cea pentru pudră, având perii mai scurți. Se recomandă această pensulă în special pentru aplicarea fondului de ten tip stick sau baton, pentru o estompare mai ușoară.

Pensula pentru pudră

Pentru o întindere practică a pudrei alege o pensulă mare, pufoasă și foarte moale, din păr natural. La cumpărarea pensulei de pudră și nu numai, atenție la părul din care acestea sunt făcute. Încearcă să eviți părul sintetic la pensule și alege cel mai bine o pensulă cu păr natural de capră, veveriță sau mânz. Nu doar că te vei bucura de finețea ei zi de zi, dar îți va asigura confortul de care ai nevoie. În plus de asta, o astfel de pensulă te va ține o viață, pe când una sintetică se va înăspri în timp.

Pensula pentru blush

Și pentru aplicarea blushului ai nevoie de o perie moale, deasă și rotundă, mai mică ca dimensiune decât cea de pudră. Această pensulă poate fi folosită atât pentru fardurile de obraz tip pulbere, cât și pentru cele compacte. Folosind aceasta pensulă, aplică fardul cu mișcări circulare. Pentru un blush mai cremos folosește mai bine pensula fondului de ten sau un burețel.

Pensula pentru corector

Din realizarea unui machiaj ca la carte nu poate să lipsească nici pensula pentru corector, care trebuie să fie moale și potrivită, atât pentru aplicarea corectorului fluid, cât și pentru cel sub formă de baton.

2. Ustensile necesare pentru buze:

Pensula pentru buze Pentru aplicarea și desenarea conturului buzelor folosește pensula de buze. Pensula este fină și plată, cu peri scurți și moi, adunați în forma unui triunghi foarte ascuțit. Dacă unele rujuri și glossuri au aplicatorul lor special, pentru celelalte rujuri folosește cu încredere pensula, care, pe lângă că te ajută la o aplicare corectă a rujului, te ajută și la economisirea rujului. Aplicarea rujului cu pensula se face din centrul buzei spre exterior. Pentru ideea de volum a buzelor aplică gloss doar pe centru.

Dacă până acum am învățat să folosim cu atenție fiecare pensulă necesară pentru ten și buze, acum e timpul să vorbim despre ustensilele și pensulele necesare ochilor, care pot transforma un machiaj banal în ceva cu totul deosebit.

În fiecare zi observăm reclamele sau fotografiile unor reviste și ne întrebăm dacă machiajul nostru va arăta vreodată la fel. Răspunsul este da, doar să știm să folosim ustensilele necesare.

Ustensile pentru ochi:

Pensulele pentru ochi

Pentru o aplicare cât mai rapidă și mai corectă a fardului de ochi se recomandă folosirea pensulelor speciale. Așadar, pentru aplicarea fardului în zonele mai largi se va apela la pensulele cu perișorii tăiați semicircular.

Pensulele cu toți perișorii drepti și de aceeași lungime se vor folosi pentru machiaje ce presupun tragerea de linii, precum conturul ochilor cu fard compact, dar și pentru evidențierea sprâncenelor. Cele cu tăietura rotundă, fie plate sau bombate, în dimensiuni mici, sunt ideale pentru aplicarea fardului de pleoape, ajutând și la estomparea culorilor tari.

Ustensilele pentru sprâncene:

Din trusa de ustensile nu trebuie să lipsească nici un pieptene pentru gene și sprâncene sau peria pentru aranjatul unor fire rebele. Peria ajută la îndepărtarea unor urme de fard sau fond de ten, pregătind astfel terenul pentru următoarea etapă de machiaj. Dacă îți este mai la îndemână, folosește creioanele care sunt dispuse cu acel căpăcel cu periută.

5. Ustensilele pentru gene

Dacă mascara pe care o folosești nu pune în valoare 100% genele și îți dorești ca ele să fie curbate, nu te poți lipsi de cleștele de gene. Arcuiește de minune genele, fiind folosit înainte de aplicarea mascarei.

Tehnica machiajului

Atunci când o clientă vine pentru prima oară la dvs pentru un machiaj profesionist este inutil să vă aruncați asupra pensulelor dvs de machiaj: înainte de toate este esențial să definești o bază solidă de lucru. Aceasta este rezultatul etapei fundamentale de observare a chipului clienței.

Observarea feței

Este primordial pentru a identifica punctele forța ale chipului care merită puse în valoare (pentru a le scoate la lumină) dar și trăsăturile "slabe" care trebuie îmbunătățite și corectate, acestea fiind elementele pe care se va baza viitorul machiaj.

Regula de aur a unui machiaj bun după care trebuie să vă ghidați întotdeauna trebuie să fie : " Un machiaj reusit nu se bazează pe ascunderea defectelor feței, ci pe punerea în valoare a ceea ce fața are cel mai bun de oferit ".

Observarea structurii feței

Întarziați câteva momente asupra impresiei generale pe care o degajă chipul clienței dvs.: forma feței, înălțimea frunții, mărimea și amplasarea ochilor, pleoape căzute sau nu, mărimea și forma nasului, gurii, ridurile, etc.

Această primă impresie vă va da o privire de ansamblu asupra echilibrului dintre imperfecțiunile ce trebuie corectate și punctele forte care merită evidențiate.

Apoi studiați detaliile geometriei feței potrivit regulilor proporțiilor ideale dictate de canoanele estetice ale frumuseții în Occident. Aceste criterii de perfecție - rare fiind cazurile în care toate acestea sunt întrunite - definesc următoarele măsuri:

- Mărimea ochilor, distanța dintre ei și lățimea bazei nasului trebuie să fie egale;
- Lățimea gurii în repaos trebuie să fie egală cu distanța dintre ochi ;
- Partea superioară a urechilor trebuie să se situeze pe aceeași linie cu sprâncenele, iar partea inferioară pe linia bazei nasului;
- Ochii trebuie să fie la jumătatea înălțimii feței, pe linia mediană între creștetul capului și extremitatea bărbiei.

Cu cât structura feței este conformă cu aceste criterii, cu atât chipul va fi mai armonios și mai atrăgător.

Aceste criterii estetice sunt fundamentale pentru menținerea unei reguli generale, dar ele sunt, fără îndoială, relative. Aceste criterii trebuie să vă servească numai ca repere pentru a vă maturiza simțul estetic, definind un model de armonie plastică la care să țineți. Așa veți putea identifica pe o bază obiectivă existența, lipsa de armonie a feței. Aceasta înțelegere schematică a feței vă va permite să corectați defectele atunci când veți trece efectiv la machiaj.

Observarea pielii

Odată înțeleasă geometria feței, studiați în detaliu natura pielii clienței dvs, pigmentația sa, nuanțele sale, cearcănele, pungile de sub ochi, eventualele cicatrice, excesul de sebum, impuritățile, etc.

Dacă pielea nu este fină și lucioasă, dacă tenul este tern, jucați pe lângă clienta dvs rolul de consultant în ceea ce privește igiena vieții (fumat, alimentație, somn) și îngrijirea cotidiană a feței. Odată ce ați identificat tipul de piele (grasă, uscată, mixtă, sensibilă, etc) ajutați-o să aleagă din varietatea de produse de curățare existente, exfoliante, hidratante, tonifiante, etc. Apoi conform specificității pielii clientei dvs, începeți îngrijirea tenului pentru a-l pregăti de machiaj.

- Demachierea - se realizează cu o cremă sau lapte demachiant, care se alege în funcție de natura tenului. Această operațiune începe cu ochii și buzele.
- Se șterge fața cu o loțiune tonică sau se pulverizează o loțiune din plante sau apă minerală, după care se usucă cu un șervețel din hârtie fină.
- Se aplică crema de bază, protectoare, și se lasă câteva minute pentru a fi

absorbită de piele, după care excesul se îndepartează prin tamponări ușoare cu un șervețel din hârtie fină. Crema se alege în funcție de natura tenului.

Abia după terminarea acestei operații va începe machiajul propriu-zis, prin aplicarea fondului de ten.

Aplicarea fondului de ten:

Dacă fondul de ten este fluid și crema se va aplica direct cu degetele, ai grijă ca mâinile să fie perfect curate, cu pielea netedă. Este recomandată punctarea obrazului cu pastile de fond de ten

Fondul de ten se aplică în cantități foarte mici, el trebuie să formeze o peliculă foarte subțire, aproape invizibilă.

Pe frunte, la tâmpile, în zona de inserție a părului, pe aripile nasului, în șanțul nazo-genian, pe gât, fondul de ten se estompează, astfel încât să nu existe o linie de demarcație.

Fondul de ten fluid sau cremă este indicat tenurilor normale sau uscate, pentru tenul gras recomandându-se folosirea fondului de ten compact, care se aplică cu ajutorul unui burete înmuiat în apă și stors bine. El se freacă ușor pe suprafața fondului de ten, se uniformizează cantitatea de fond de ten de pe burete, și apoi se întinde pe obraji. În cazul folosirii acestui fond de ten, fardul de obraz se aplică înainte.

Culoarea fondului de ten va fi ca nuanță cât mai apropiată de carnația naturală sau foarte ușor mai închisă. Se recomandă ca machiajul de seară să aibă o nuanță mai închisă.

În cazul în care obrazul prezintă anumite imperfecțiuni se recurge la machiajul corector.

În această fază, dacă este necesar, se poate aplica fardul anticearcăn, care se va folosi numai dacă cearcănele sunt foarte pronunțate, dacă ochii sunt înfundați și mina generală proastă. Se aplică peste fondul de ten ca o semilună și se estompează perfect (fig 45).

Aplicarea fardului de obraz

Se efectuează în funcție de consistența acestuia. Fardul de obraz cremă sau fluid se aplică peste fondul de ten cu o pensulă, în formă triunghiulară, estompând marginile.

Poziția triungiurilor depinde de forma feței; în general se aplică pe partea mai proeminentă a pomeților, pe lobul urechilor și pe vârful bărbiei.

Aplicarea lui trebuie să imite o îmbujorare naturală, imprimând tenului o mină sănătoasă; de asemenea, trebuie să nu fie intensă, alegându-se între o culoare mai deschisă decât cea a rujului.

Aplicarea pudrei

Are efect binefăcător pentru piele, datorită rolului ei protector împotriva intemperiilor. Ea acoperă imperfecțiunile feței și imprimă acestuia un aspect catifelat. Pudra se aplică peste fondul de ten bine întins și uscat, cu ajutorul unui tampon de vată, care este bine să fie aruncat după fiecare întrebuințare.

Se va începe cu mijlocul feței: fruntea, nasul, bărbia și apoi obrații, tâmpilele, maxilare, gât. Surplusul de pudră se va îndepărta cu un alt tampon de vată curat sau cu o perie moale, destinată special acestei operațiuni.

Pentru fardare se va prefera pudra pulbere; dacă tenul este uscat și sensibil se va evita pudra compactă, deoarece accentuează gradul de uscăciune a pielii.

Culoarea pudrei va fi aleasă într-o nuanță puțin mai deschisă decât fondul de ten, cu scopul de a imprima tenului transparență și naturalețe. Pentru machiajul de seară sunt indicate tonurile de roz.

Pentru machiajul mai simplu putem utiliza două nuanțe de pudră cu care putem realiza și ușoare corijări.

Pentru a da luminozitate obrazului, fruntea va fi pudrată cu o nuanță mai deschisă decât restul feței.

Pentru a da impresia de piele bronzată, peste un fond de ten ocru se va aplica o pudră de culoare roz.

Pudra nu se va aplica niciodată pe un obraz transpirat.

Pentru ca un machiaj să "țină", după aplicarea pudrei se va tampona ușor obrazul cu o bucată de pânză înmuiată în apă rece și stoarsă bine sau pulverizați apă termală. Acest mic truc îndepărtează excesul de pudră și dă pielii un aspect natural.

Machiajul ochilor

Subliniază luminozitatea lor și le intensifică farmecul prin mărirea genelor. Unii specialiști recomandă ca pleoapele ochilor de culoare închisă să fie machiate într-o culoare asortată cu rochia, iar la ochii deschiși să se aleaga o culoare care să fie apropiată de cea a irisului.

Fardul de pleoape se lasă mai închis spre marginea pleoapei, estompându-se progresiv spre sprâncene.

După aplicare fardului de pleoape se continuă cu trasarea conturului ochilor. Acesta se efectuează cu creionul dermatograf, cu tuș sau cu un

produs compact. Dacă folosim creionul, acesta trebuie să fie foarte bine ascuțit. Tușul se aplică cu o pensulă foarte fină, special destinată acestui scop. Se introduce pensula în tuș și se trage o singură linie, chiar la rădăcina genelor superioare.

Machiajul ochilor va continua cu rimelarea genelor. Aplicarea rimelului se face de la rădăcină spre exterior. Se așteaptă câteva clipe pentru a se usca și se procedează la o nouă aplicare. Dacă genele s-au lipit, le vom desface cu ajutorul unei periute fine speciale. Nu se recomandă aplicarea rimelului și pe genele inferioare, deoarece îmbătrânește figura.

Machiaj în funcție de culoarea ochilor

Ochii căprui - se potrivesc nuanțele de maro, verde, purpuriu, roz și auriu

Ochii negrii - se potrivesc nuanțe calde și culori deschise, dar și nuanțe închise de gri, mov sau negru, atunci când dorim să evidențiem mai mult ochii

Ochii albaștri - se poate alege între violet, auriu, culoarea cuprului sau orice nuanță caldă de galben, roșu sau orange

Ochii verzi - se aleg nuanțe de maro și purpuriu (violet, mov, lila)

Machiaj în funcție de forma ochilor

Machiajul ochilor mici - se face în jurul ochilor (împreună cu pleoapa) o umbră în dégradé, de la coada ochilor (unghiul exterior), cu o culoare închisă (ex: maro); se trasează o margine de 2 milimetri deasupra pleoapei superioare, care va fi nefardată, apoi către coada ochiului, spre unghiul lateral linia trasată va fi mai groasă, subțindu-se spre nas. Umbrele vor fi la fel, mai puternice spre coada ochiului și mai difuze în rest. (fig 21)

tp
fig 21

Machiajul ochilor mari - în cazul ochilor mari și rotunzi, globulari, machiajul trebuie să facă pleoapa să pară mai îngustă, de aceea pleoapa superioară se va acoperi (până la pliu) cu nuanțe neutre, mate, de maro, gri sau fumuriu. Se alungește puțin coada ochiului, iar sub sprâncene, pe mijloc, se trasează o linie subțire într-o nuanță luminoasă. Pentru a sublinia mai pregnant ochii mari și frumoși, buzele vor fi foarte ușor colorate. (fig 22)

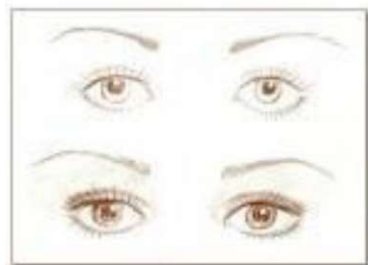


fig. 22

Ochi proeminenți - Dacă ai pleoapele și ochii mari, care par să iasă din orbite, atunci ai ochi proeminenți. În acest caz, scopul este să creăm

iluzia că îi ajutăm să se retragă ușor la locul lor. Culoarea cea mai închisă va fi aplicată cel mai aproape de gene, pe întreaga pleoapă, și va păli în intensitate, cu cât se va apropia de sprânceană. (fig 23)



Fig. 23

Ochi adânciți în orbite - În acest caz, arcada este mai proeminentă. Pentru a aduce ochii în față, folosește nuanțe deschise pe întreaga pleoapă. În colțul intern folosește nuanțe deschise și sidefate. Culoarea închisă aplic-o pe colțul exterior al pleoapei superioare, apoi pe colțul arcadei pentru a crea iluzia că aceasta se retrage. Pune puțin contur și de-a lungul genelor inferioare pentru a-l contura.(fig 24)

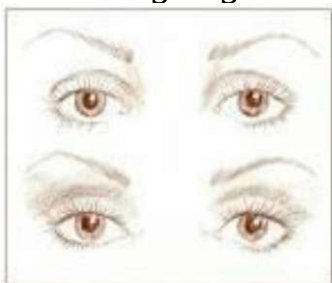


fig. 24

Machiajul ochilor apropiați - unghiul intern al ochilor se va lumina, iar accentul se va pune pe colțul extern al ochilor, unde se vor folosi culori închise. Se trasează o linie groasă de trei milimetri începând de la unghiul intern către cel extern (coada ochiului), iar liniile și umbrele vor fi accentuate numai spre coada ochilor. (fig 25)

fig. 25



Machiajul ochilor depărtați - prin culoare și umbre se va încerca micșorarea distanței dintre ochi. Astfel, pe orbicular (mușchiul circular din jurul pleoapei), deasupra pleoapei superioare, vom umbri părțile interne și externe, lăsând mijlocul liber, nemachiat. De asemenea, linia din jurul ochilor va fi îngroșată, umbrită numai pe părțile laterale, ale unghiurilor intern și extern, mijlocul lăsându-se complet nemachiat. (fig 26)

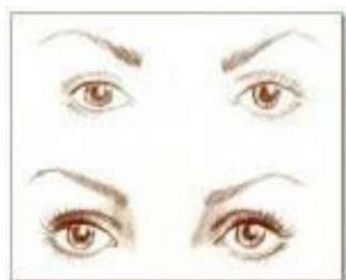


Fig 26

Ochi cu pleoapa căzută - În acest caz, pliul pleoapei nu este vizibil. Aplică nuanța deschisă pe arcadă și de-a lungul genei de sus. Aplică tonul neutru pe întreaga pleoapă pentru a crea senzația că pleoapa se ridică, iar conturul de culoare mai închisă aplică-l în pliul pleoapei, mai sus decât în cazul ochilor obișnuiți. Scopul este de a părea că pleoapa se retrage. Aplică conturul atât pe pleoapa superioară cât și pe cea inferioară. Nu accentua prea mult arcada, pentru că acest lucru va accentua mai mult aspectul de ochi închis. Ochii vor arăta mai bine dacă vei accentua atât genele superioare cât și pe cele inferioare. Este total contraindicat să folosești tonuri închise pe întreaga pleoapă. (fig 27)



Fig 27

Machiajul buzelor

- pentru a mări aderența rujului, buzele se vor pudra ușor sau se va aplica pe ele puțin fond de ten
- cu ajutorul unui creion special, se va trasa conturul buzelor, plecând de la comisura gurii spre mijloc;
- conturul buzei superioare trebuie să fie mai slab către comisuri, acest mic truc imprimă gurii un aspect surâzător
 - în schimb, conturul buzei inferioare se va accentua
- după conturarea buzelor se va trasa un prim strat de ruj; surplusul va fi îndepărtat cu un șervețel aplicat între buze, pe care presăm buzele
- după aplicarea rujului se poate face o pulverizare cu loțiune tonică sau apă minerală
- pentru a obține un ruj mat, vom aplica peste ruj un strat de pudră, procedeu care are avantajul de a-l menține pe buze o perioadă mai îndelungată;
 - pentru a da strălucire buzelor se poate aplica peste ruj un lip gloss

Condiții pentru un machiaj reușit

- condiție pentru reușita fardării este ca fardul să nu fie aplicat pe un obraz necurățat și prea obosit
 - pentru machiaj se vor folosi produse adecvate naturii tenului
- machiajul se va efectua la lumină bună și în asemenea condiții, încât pe față să nu se reflecte nici o umbră
 - la aplicarea fardului vom ține seama de vârstă
- la realizarea unui machiaj reușit, culorile joacă un rol deosebit; ele vor fi alese după tipul feminin căruia îi aparține clienta, după îmbrăcăminte, după oră, etc.
- de câte ori se trasează o linie pe obraz, nu trebuie să uităm că cea ascendentă întinerește și cea descendentă îmbătrânește
- prin folosirea a două culori de fard pe pleoape, de fard pe obraji, de fond de ten, de pudră, putem efectua corectări, știind că orice culoare închisă estompează suprafața acoperită, iar culorile deschise o scot în evidență
- pentru a păstra pielea obrazului suplă și sănătoasă, nu va fi neglijată sub nici o formă debarasarea pielii de orice urmă de fard

Make-up bază de zi

După obsevarea fizionomiei, se aleg culorile adecvate caracteristicilor clientei, începând de la fondul de ten până la ruj. Apoi se va aplica ca bază un fond de ten care trebuie să fie de aceeași culoare ca pielea gâtului.

În continuare, se corectează eventualele imperfecțiuni de expresie și se finisează baza cu o pudră pulbere compactă, în funcție de dorința clientei.

În acest moment atenția este concentrată asupra ochilor. Înainte de fardul de pleoape, se vor contura sprâncenele și se vor fixa cu ajutorul unui gel specific. Se va aplica mascara, de la rădăcină, spre exterior.

Pentru a marca pomeții, aplicăm puțin blush mișcând peria spre colțul extern al ochiului.

În ceea ce privește machiajul ochilor, pe întreaga pleoapă superioară aplicăm o nuanță neutră de fard, peste care vom folosi un alt fard, într-o nuanță contrastantă culorii ochilor, aplicându-l la baza genelor, iar de la jumătatea ochiului urcând ușor.

Subliniem și mai mult privirea cu ajutorul dermatografului (negru sau maro) aplicat pe pleoapa superioară, la baza genelor și a unei mase. The final touch? Un balsam de buze într-o nuanță cât mai naturală



fig 28. Make-up zi

Make-up de seară

Machiajul de seară trebuie să fie ceva mai spectaculos și mai dramatic decât cel de zi. Mai întâi observăm fizionomia clienței și căutăm informații legate de obiceiurile sale de machiaj.

Se începe prin aplicarea unei creme de față pentru a hidrata pielea și a o face mai luminoasă. Apoi, aplicăm baza de machiaj: fond de ten corector și pudră transparentă, în funcție de culoarea ochilor, părului și pielii.

Ochii trebuie puși în evidență, aplicând pentru început pe întreaga pleoapă superioară un fard bej, apoi folosind o culoare închisă (mov, gri, verde închis) pe jumătatea inferioară a pleoapei superioare.

Folosind fie un dermatograf negru, fie în ton cu fardul de pleoape, conturează ochii, accentuând spre colțul exterior, apoi întregeste look-ul aplicând mascara neagră.

Un ruj de buze într-o culoare apropiată de cea a buzelor clienței, peste care aplică un strat de gloss pentru strălucire și vei obține niște buze pline.

Fig 29

Make-up seară

Make-up pentru ocazii speciale

Machiajul pentru ocazii speciale se recomandă pentru marile evenimente, cum ar fi nunta sau alte evenimente speciale. În primul rând, se recomandă clienței să-și pregătească pielea pentru tratamente specifice, hidratante și revitalizante, pentru ca rezultatul să fie optim.

Înainte de a începe ședința de machiaj, se vorbește cu clienta, pentru a înțelege care sunt așteptările ei, așa încât să obținem un machiaj personalizat.

Dupa observarea atentă a liniilor feței și a fizionomiei, se epilează sau pensează sprâncenele, până ce forma acestora se armonizează cu cea a feței. Apoi se aplică corectorul crema asupra punctelor critice și se tamponează cu fond de ten, care se aplică pe restul feței. Se fixează totul cu o pudră adecvată.

În continuare se începe cu machiajul ochilor, se alege culoarea fardului, sau se creează efecte fumurii pentru a conferi intensitate privirii. Se aplică apoi mascara water-proof și, dacă este necesar, conturul la ochi.

Se desenează conturul buzelor cu un creion și se aplică un ruj strălucitor și luminos sau chiar natural, după preferințele clienței. Se finisează cu fard de obraji și pudră.

Make-up nude look

Înainte de aplicarea machiajului se ține cont de personalitatea clienței, deoarece machiajul nude trebuie doar să-i pună în valoare anumite trăsături și să nu o transforme.

fig 30 smoky eyes



În prima fază , se curăța pielea și se aplica o fiola cu efect de lifting. Apoi se aplică fond de ten ,preferabil puțin mai deschis decât culoarea naturală a pielii, corectând pleoapa cu un fard estompat clar-obscur, dupa care foloseste un fard cremă estompat, foarte natural.

Se fixeaza totul cu pudra. Apoi se incepe machiajul ochilor, se aplica fardul de pleoape de baza estompand, cu un efect de umbra si lumina, pentru a da intensitate privirii, insotit eventul de conturul ochilor cu un eye-liner si mascara de alungire a genelor.

Dacă e necesar, se pot îndesi sau curba genele cu un produs de protectie sau, mai bine se pot corecta sprancenele pensate în prealabil.

Apoi, se insintă pe conturul buzelor cu un creion contur, aplicând apoi un ruj rezistent la transfer peste care se aplică gloss. Ședința se finalizează cu fixarea machiajului și aplicarea unui blush pe obraji.

Machiajul de mireasa

După analizarea adecvată a fizionomiei, se recomandă clientei o curățare în profunzime pentru pregătirea feței în ziua nunții. În timpul primei probe de machiaj ținând cont de exigențele miresei, se încearcă o consiliere cât mai atentă cu privire la machiajul adaptat caracteristicilor feței.

Apoi, la a doua probă de machiaj se efectuează corectarea anumitor imperfecțiuni ale feței și un al doilea stil de machiaj ce va fi confruntat cu cel de la primă proba.

Odată ce s-au stabilit culorile de comun acord cu mireasa, acestea se consemnează în fișa de client, spre a fi utilizate pentru machiajul propriu -zis.

În ziua ceremoniei , machiajul poate fi efectuat la centrul de înfrumusețare sau chiar la domiciliul clientei.

Machiajul rapid de zi cu zi

Se poate alege un machiaj de zi cu jocuri de umbre și lumini, prin care se pot estompa micile imperfecțiuni ale feței. Se recomandă în principiu, un tratament pentru față, care o va face mai stralucitoare și mai catifelată.

Se începe prin machiajul de corectare a ochilor, atenuarea eventualelor pete și se aplică apoi fondul de ten bază, de culoarea pielii,

cu un burețel umed. Succesiv, se aplică fardul care va fi reluat apoi și în final, pentru a defini detaliile.

Se trece apoi la fardul de pleoape care va fi ales în funcție de culorile vestimentatiei clienței. Se va termina cu un eye-liner, apoi se aplică mascara pentru a îndesi genele și a da intensitate privirii.

În final se vor contura buzele și se va aplica un ruj sau un gloss obținând astfel buze mai pline și mai senzuale.

CAPITOL 43. Machiajul corector

Machiajul corector trebuie făcut exact pe fizionomia feței. În procesul de "corectare" a trăsăturilor, make-up artistul trebuie să țină cont de întreaga față, pentru ca micile corecții vor fi inevitabil influențate de alte zone ale feței. Orice mică schimbare poate altera fizionomia. Forma feței este elementul determinant în realizarea machiajului.

Nu trebuie corectate chiar toate imperfecțiunile, deoarece unele evidențiază personalitatea. În general frumusețile legendare se disting prin defecte: nas mare, gura prea cărnoasă, sprâncene prea groase.

Machiajul corector se pretează mai ales la machiajul de seară, ziua ele fiind mai vizibile. Pentru realizarea machiajului și mai ales a unui machiaj corector

Q

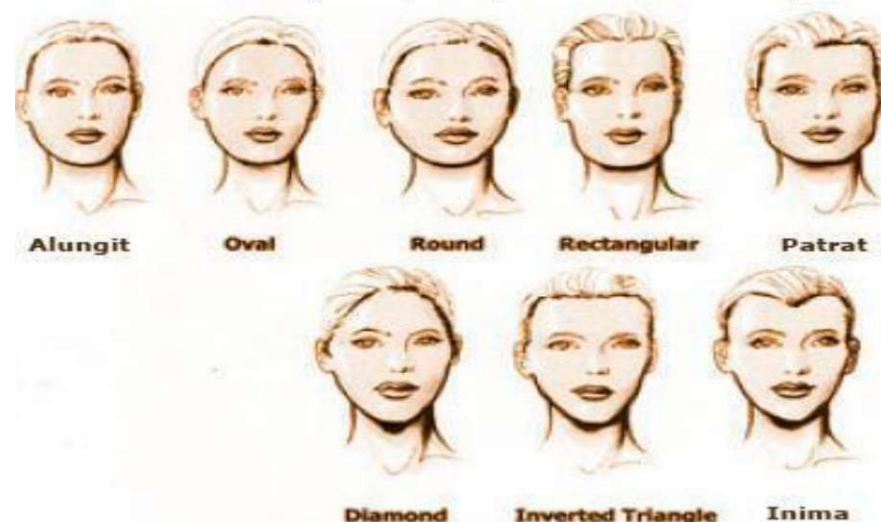
fig.31

În machiajul corector se folosesc luminile și umbrele pentru a schimba percepția asupra formei feței.

Lumina se folosește pentru a evidenția, a da volum și pentru a aduce în prim plan anumite elemente, iar umbra se folosește pentru a adânci, a ascunde și a trimite în plan secundar aceste elemente.

Corecțiile se realizează cu ajutorul fondului de ten alegând două tonuri, unul asemănător cu cel al pielii, altul mai închis sau mai deschis, în funcție de efectul dorit.

este necesară cunoașterea principalelor forme ale feței.



Se pot folosi și corectoarele cremoase sau cele solide de tip pudră, cât și pudrele bronzante sau perlele multicolore.

Cremele de ten compacte

Special formulate pentru a corecta imperfecțiunile severe, sau pentru o putere de acoperire crescută, cremele de ten compacte cuprind o cantitate mare de pigmenți (40-45%) și permit realizarea unui machiaj corector perfect, cu un finisaj natural. Acestea asigură un ten perfect și uniform, fie că sunt folosite singure sau în asociere cu alte produse de corectat cu culoare.

Aplică cu un burete începând din mijloc spre exteriorul feței. Pentru un rezultat transparent, întinde și netezește produsul. Pe zonele de machiat, tamponează fără să netezești. Pentru a alege nuanța care corespunde cel mai bine cernației clienței, este recomandabil să testezi mai întâi produsul pe mână (zona degetului mare, între palmă și dosul mâinii).

Fondurile de ten corectoare lichide

Fluide și cu o putere de acoperire medie (14% pigmenți), fondurile de ten corectoare fluide sunt ușor de aplicat și permit obținerea unui ten perfect, cu un finisaj mat și uniform. Textura lor oil-free este potrivită pentru toate tipurile de ten, fiind suficientă adaptarea bazei de machiaj. Aceasta este foarte delicată și blândă, garantând o ținută bună a machiajului care rezistă la apă, transpirație și transfer.

Aplică o „nucă” de fond de ten pe vârful degetelor și repartizează-o pe primele două degete. Apoi, prin atingere aplică fondul de ten pe ansamblul feței, netezind uniform din interiorul spre exteriorul feței, fără a uita de gât.

Pensulele corectoare

Pigmenții pensulelor corectoare (aproximativ 15%) fac posibilă atenuarea imperfecțiunilor lejere până la moderate. Textura lor fluidă le face foarte ușor de aplicat și permite mascarea micilor imperfecțiuni dintr-un singur gest: pensula corectoare beige este ideală pentru a

ascunde cearcănele și petele brune și pentru a ilumina zonele umbrite, iar cea verde este indispensabilă pentru a atenua roșețile lejere.

Este suficient foarte puțin produs corector pentru a neutraliza o imperfecțiune; sunt foarte concentrate în pigmenți. Este de preferat să aplici batoanele corectoare cu degetul. În acest caz încălzește produsul cu degetul pentru o aplicare ideală (pensulele pot fi folosite direct pe zonele de machiat). Aplică corectorul pe zona de corectat prin mici atingeri, tapotând fără a freca, sau netezește până la obținerea unei culori gri.

Pensula corectoare beige

În cazul cearcănelor: aplică produsul cu ajutorul unei pensule din unghiul intern al ochiului spre partea scobită a cearcănelor.

Pete brune și cicatrici: aplică produsul cu pensula pe imperfecțiunile de corectat.

Linii de expresie/efect de iluminare: aplică între sprâncene, de-a lungul silonului nasogenian și în scobiturile bărbiei pentru a lumina zonele umbrite și a da un efect de luminozitate întregii fețe. Oricare ar fi imperfecțiunile, estompează tamponând cu degetul. Fixează cu pudră mozaică translucidă.

Pensula corectoare verde

Aplică produsul cu ajutorul pensulei direct pe roșeață. Estompează prin tapotare cu degetul. Acoperă apoi cu fondul de ten corector fluid.

Batoanele corectoare

Special formulate pentru a neutraliza imperfecțiunile severe, batoanele corectoare maschează defectele grație pigmentilor:

- nuanța verde - camuflează roșeața severă (răni post-operatorii, cicatricile recente, cuperoza, micile vase aparente, coșurile, petele din naștere);

- nuanța galbenă - disimulează cearcănele vineții, varicele și corectează excesul de albastru al pielii (echimoze, vânătăi).

Aplica nuanța galbenă sau verde a batonului cu atingeri mici pe zona de mascat până la obținerea unei nuanțe gri. Aplică apoi fondul de ten fluid sau cremă de ten compactă prin tapotări lejere, pentru a nu șterge corectura.

Pudrele mozaicate

Pudrele mozaicate permit fixarea machiajului, matifierea și înfrumusețarea tenului:

- pudra mozaică translucidă matifiază tenul și fixează machiajul;
- pudra mozaică bronzantă se aplică ca blush pentru a sculpta machiajul.

Ia pudra cu ajutorul unei pensule mari, rotind-o în capac și tapotează pe

mână pentru a elimina excesul. Aplică pudră translucidă pe toată fața sau pudră bronzantă doar pe pomeți, frunte și bărbie. Fetele tinere, care au pielea grasă sau cu tendințe acneice, pot utiliza pudra singură,

cu ajutorul unei dischete demachiante, care va fi aruncată după fiecare utilizare.

Machiajul corector in functie de forma feței *Machiaj corector*

pentru fața ovală

Este fața spre care se tinde prin machiajul corector, deoarece îndeplinește toate proporțiile ideale. Însă și acest tip de față are nevoie de un machiaj specific:

- Ochii se vor machia ascuțit spre colțul extern spre a-i alungi;
- Sprâncenele ușor arcuite;
- Blush-ul se aplică pe osul bărbiei;
- Bărbia se va evidenția cu un punct de blush;
- Centrul feței se luminează (frunte, nas, bărbie);
- Buzele își vor păstra forma rotundă, plină.

Machiaj corector pentru fața rotundă

Este definită de o lățime a feței aproape egală cu lungimea.

- Pentru transformarea feței rotunde într-una ovală, vom umbri lateralele feței.
- Sprâncenele se vor urca cât mai ascuțit;
- Pentru a îngusta linia pomeților se va aplica blush-ul din centrul obrazului estompat spre tâmplă;
- Buzele se vor machia în formă de cireașă sau inimă.

Machiaj corector pentru fața pătrată

- În acest caz trebuie să scoatem în evidență partea centrală a frunții și a bărbiei, evitând pomeții, care sunt pronunțați și umbresc lateralele frunții și ale feței (maxilarul);
- Sprâncenele se arcuiesc ușor;
- Blush-ul se va aplica din centrul obrazului estompat spre ureche;
- Pe buze se aplică o nuanță închisă; pe buza inferioară se aplică o nuanță deschisă sub formă de triunghi, cu vârful în jos.
- Fondul de ten de bază va avea o culoare apropiată de nuanța tenului, fondul de ten corector va avea o nuanță mai închisă

Pentru estomparea maxilarelor se va aplica fond de ten corecto

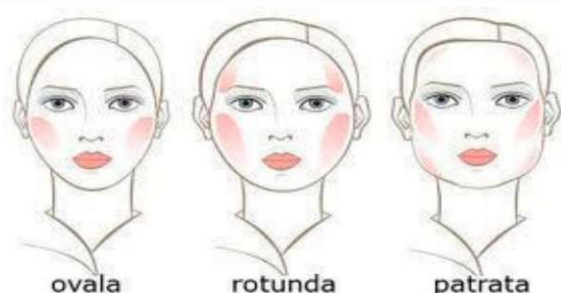


fig 31

r

Machiaj corector pentru fața triunghiulară cu vârful în sus (Fața pară)

- Este caracterizată prin fruntea îngustă și maxilarul proeminent, așa că o vom corecta luminând lateralele frunții și umbrind lateralele feței (maxilarul);
- Fardul de obraz se poate aplica la fel ca în cazul obrazului pătrat
- Pe linia maxilarelor se aplică un fard corector mai închis

Machiaj corector pentru fața triunghiulară cu vârful în jos (Fața inimă)

- De data aceasta fruntea este lată și bărbia îngustă, așa că vom lumina lateralele feței și vom umbri lateralele frunții;
- Sprâncenele se vor arcuri spre exterior;
- Pe linia maxilarelor, se aplică un fard corector mai închis
- Fondul de ten de bază va fi mai închis; fondul de ten corector va fi mai deschis și aplicat pe obraji, estompând bine marginile
- Fardul de obraz se va aplica pe pomeți sub formă de romb sau se poate renunța la el
- Fardarea buzelor se va realiza cu un creion pentru contur mai închis decât rujul, iar gura va avea o linie rotunjită

Machiaj corector pentru fața prelungă

- Lățimea capului în dreptul sprâncenelor este mai mică decât 2/3 din lungimea feței.
- Se vor lumina lateralele feței și lateralele frunții, pentru a construi iluzia de lățime;
- Ochilor li se va imprima o linie ușor ascendentă
- Sprâncenele se orizontalizează
- Blush-ul se va aplica orizontal, pe mijlocul pomeților, imediat sub pleoapa inferioară, în dreptul pupilei
- Pentru buze, vom aplica o nuanță mai închisă pe partea interioară a buzei inferioare; accentuând astfel gura, buzele se orizontalizează și ele

Machiaj pentru fața diamant (Fața romb)

- La aceasta formă de față avem fruntea și bărbia înguste, iar pomeții proeminenți; astfel vom lumina lateralele frunții și vom umbri linia exterioară a pomeților până la colțul extern al ochilor;
 - Sprâncenele vor fi ușor arcuite, desenând un arc natural;
- Nu vom evidenția buzele, pentru că pot scoate în prim plan, în același timp, și lățimea obrazilor.



fig. 32

Corectări la machiajul frunții

- Un fond de ten mai închis aplicat pe frunte subțiază o frunte prea largă
- Un fond de ten mai închis decât restul frunții, aplicat pe mijlocul ei, lărgeste o frunte plată, îngustă
- Un fond de ten mai închis decât restul obrazului, aplicat pe frunte, o micșorează sau invers

Corectări în machiajul ochilor. Aplicarea genelor false

Tot în cadrul machiajului corector se include și aplicarea genelor false. Ele se aplică atunci când genele nu sunt destul de lungi sau de groase. Tehnica de aplicare a genelor false depinde și de forma sub care se prezintă.

1. Sub formă de franjuri complete - a căror lungime se stabilește prin tăiere

în raport cu lungimea pleoapelor, care poate să difere de la ochiul stâng la ochiul drept. De asemenea, genele care vin în colțul interior al ochiului se micșorează

progresiv prin tăiere cu o forfecuță, imitând astfel poziția lor naturală.

Genele false se aplică întotdeauna înainte de machiajul ochilor. Se procedează în felul următor:

- Pleoapele se curăță de orice cremă grasă sau fard
- Începem să aplicăm banda de la extremitatea interioară a ochiului către exterior, fixând-o cu ajutorul unei pensete și presând ușor cu un bețișor destinat acestui scop; încercăm să aplicăm banda cât mai la rădăcina genelor naturale
- După uscarea soluției de lipit, se aplică la marginea pleoapelor un strat subțire de eye-liner, amestecându-se astfel genele false cu cele naturale

2. Sub formă de semilună - tehnica de aplicare este aceeași, numai că se începe de la mijlocul pleoapei spre exterior. Aceasta semibandă creează impresia de alungire a ochilor.

3. Sub formă de gene separate - fiecare firisor se apucă cu penseta și se introduce cu un capăt în soluția de lipit, după care se așază la rădăcina fiecărei gene sau între două gene, dacă distanța dintre acestea este mai mare. Și în acest caz trebuie imitate lungimea genelor (mai scurte spre colțul interior al ochiului și mai lungi către exterior).



fig 33 (aplicare gene false)

Corectarea nasului

- un nas prea gros se subțiază aplicând pe aripi fond de ten mai închis decât pe creasta nasului
- un nas prea lung se estompează aplicând pe creasta lui un fond de ten mai închis; cu ajutorul rujului de buze se evidențiază ușor V-ul din mijlocul buzei superioare
- un nas prea scurt se mărește aplicând pe aripile lui un fond de ten mai deschis decât restul obrazului; buza superioară se desenează puțin peste conturul ei natural

Corectarea buzelor

Machiajul corector al buzelor începe prin trasarea conturului dorit cu ajutorul unui creion de contur de o nuanță mai închisă decât buzele sau chiar de culoare maron

- dacă buzele sunt cărnoase (groase) și mari, conturul se trasează sub conturul natural și nu se ajunge până la comisura buzelor
- dacă sunt cărnoase (groase) dar mici, linia de contur va depăși puțin comisura buzelor
- dacă buzele sunt subțiri și lungi, conturul va depăși ușor conturul natural al buzei superioare, fără a se accentua V-ul acesteia și va trece peste conturul buzei inferioare, dar nu va ajunge până la comisura buzelor
- dacă buzele au colțurile descendente, cu ajutorul creionului de contur se va imprima buzei superioare o linie ascendentă, iar comisura buzelor nu se fardează
- dacă buzele sunt mici, puțin cărnoase, se va depăși ușor conturul natural al buzelor și se va evidenția comisura buzelor
- dacă buzele sunt asimetrice, adică buza superioară mai groasă și cea inferioară mai subțire sau invers, se vor retușa astfel încât să se obțină o proporție perfectă

Corectarea bărbiei și gâtului

Două nuanțe de fond de ten corector, una mai închisă și alta mai deschisă, ne vor ajuta și la atenuarea unor defecte ale bărbiei și gâtului

- bărbia proeminentă se va acoperi cu un fond de ten mai închis, în contrast cu restul obrazului, pe care se va aplica un fond de ten mai deschis
- dacă bărbia este mică, nereliefată, se va întinde un fond de ten mai deschis, în contrast cu fața și gâtul, unde se va aplica o nuanță mai închisă

- bărbia dublă se poate corecta aplicând un fond de ten mai închis
- pentru retușarea gâtului scurt și mai gros se va aplica un fond de ten mai închis și invers în cazul gâtului lung și subțire.

Un make-up realizat corect după forma feței, tipul tenului, culoarea ochilor și vestimentație îți va scoate în evidență frumusețea naturală, trăsăturile fine fiind evidențiate, iar micile imperfecțiuni vor fi corectate.

CAPITOL 44. Descrierea operațiunii de epilare

Operațiunea de epilare este o operațiune de îndepărtare a firelor de păr de pe față și corp cu ajutorul unor amestecuri cerate, întâlnite sub mai multe forme.

Îndepărtarea părului se poate face și prin:

- depilarea mecanică, adică smulgerea lui cu penseta, aparat de smulgere cu diferite tipuri de pensete (ex: brown)
- depilarea chimică, care reprezintă rezultatul degradării chimice a firelor de păr cu diferite substanțe (ex: creme pentru epilat)
- fototermoliza sau IPL - care are drept obiectiv eliminarea foliculelor de păr

Amestecurile cerate le întâlnim sub mai multe forme:

- ceara tradițională (colofoniu 1 kg + ceară (brună-roșie) 250 gr)
- ceara în flacoane de unică folosință
- ceara liposolubilă (elastică) la cutii metalice (400 gr sau 800 gr)
- geluri cu extracte de azulenă, miere, oxid-titanium
- ceară pe baza de zahăr

La baza gelurilor și cerurilor de unică folosință se folosesc role de hârtie (stripsuri) pentru îndepărtarea firelor de păr.

Hipertricoza - este dezvoltarea anormală a sistemului pilos, în special la femei, prin apariția de fire de păr la mustăți, barbă, sâni, picioare și care este legată uneori de menopauză, tratamente medicale cu corticoizi, alteori de un dezechilibru hormonal, fiind necesară intervenția medicului, în afara tratamentelor externe. De asemenea și stresul poate cauza un dezechilibru hormonal, ceea ce poate conduce la creșterea dezordonată a firelor de păr. Odată cu înaintarea în vârstă, ritmul de creștere a părului scade în special pe picioare, brațe, dar în zona facială poate crește după menopauză.

Aparate folosite în epilare

- decantoare de ceară (folosite pentru ceară tradițională)
- încălzitoare cu 1 până la 5 flacoane cu aplicatoare diferite, pentru picioare, brațe și mustață
- încălzitoare pentru parafină și pentru cutii de 400 și 800 gr, folosite atât pentru ceară elastică, cât și pentru amestecurile de geluri

Pentru fiecare metodă de epilare folosită este necesară o tehnică anume de lucru. În vederea respectării tehnicii de lucru, cosmeticiana trebuie să folosească anumite materiale consumabile, să facă analiza

calității pielii, să diagnosticheze tipul de piele, să analizeze grosimea firului de păr, cantitatea firelor de păr

stabilindu-și clar procedeul pe care trebuie să-l folosească.

Diferențierea tehnicilor de lucru Ceară tradițională - la epilatul

cu ceară tradițională se urmăresc următorii parametri:

- ceara să fie cu o textură corespunzătoare
- să nu prezinte impurități
- să nu se zaharisească
- să nu fie casantă, dură, să se fragmentizeze pe porțiunile aplicate pentru epilat
- să nu fie prea emolientă

La ceara tradițională cosmeticiana trebuie să țină cont de anumite condiții:

- înainte de începerea epilatului are obligativitatea să dezinfecteze pielea clientei (pielea trebuie degresată) fiind nevoie, în anumite cazuri, de aplicarea unui peeling (în cazul unei descuamări)
- trebuie analizată bine pielea, remarcate posibilele inestetisme sau afecțiuni ale pielii (nevi pigmentari de diverse forme, nevi vasculari, eczeme, vase de sânge sparte, prezența varicelor, diverse traume cu cicatrici, prezența ganglionilor, a nodulelor în axilă și inghinal)
- se are în vedere, dacă clienta transpiră, să se aplice pudră mentolată sau de talc pe zonele transpirate
- pelicula se aplică mai groasă și cu marginile perfect rotunde, uniformă, iar temperatura trebuie să fie acceptabilă (în funcție de cum o poate suporta
- fâșia de ceară se aplică în direcția creșterii firului de păr cu susținere în partea inferioară și smulgerea se face oblic, prin rulare cu rapiditate, în sensul invers creșterii firului de păr



fig. 34 (aplicare și smulgere cu ceară tradițională) clienta)

- este indicat ca ceara din zona inghinală, fesieră, să se arunce sau să se folosească recipient separat de topire a cerii
- după epilare este indicat să se folosească geluri mentolate, creme hidratante sau uleiuri calmante cu efect de curățare și dezinfectare (ex : ulei de bergamot)

W



fig 35 (smulgere la ceara de unică folosință)

Ceară de unică folosință

- la epilarea cu ceară de unică folosință se are în vedere verificarea flacoanelor înainte de începerea operațiunii de epilare; se verifică etanșeitatea aplicatoarelor, iar ceara să fie topită și temperată
- se lasă la încălzitor 25-30 minute, până se topește, după care se trece la proba de lucru
- la această metodă de epilare, susținerea pielii se face cu podul palmei la partea superioară, aplicându-se mai multe fâșii în direcția creșterii firului de păr
- se are în vedere ca smulgerea să se facă cu rapiditate și prin presare cu fața palmară și prin mișcare de vibrație pe hârtia folosită (strips), în sensul invers al creșterii firelor de păr
- nu este indicat să se aplice fâșia de mai multe ori pe același loc

150 | Page

foarte important este să se cunoască sensul de creștere al firului de păr



y
i



fig 3

6Ceara de unică folosință conține glicerină, ceară albă, ceară microcristalină, azulenă sau diferite ingrediente și parfum. Mai putem întâlni flacoane cu ceară cu extract din plante sau produse apicole:

- ceară naturală galbenă - pentru piele normală
 - ceară cu miere - pentru piele normală
 - ceară cu azulenă (verde) - pentru piele sensibilă, antiiritantă
 - ceară cu azulenă (albastră) - pentru piele normală spre sensibilă
- Mai avem și ceara specială, care poate fi ceară perlată pentru pielea sensibilă, care are consistență cremoasă:
- ceara roz - titanium- pentru pielea sensibilă, care poate fi folosită la mustață
- Ceară din fructe:
- ceară cu lămâie - pentru piele sensibilă

- ceară cu banană - pentru piele sensibilă, care are consistență emolientă
- ceară din fructe de pădure - pentru piele grasă
- ceară cu mere verzi - pentru piele normală spre sensibilă
- ceară cu pepene verde - pentru piele sensibilă

Ceară din uleiuri esențiale:

- ceară cu ulei esențial de lămâie cu efect de balsam
- ceară cu ulei esențial de arnică pentru piele sensibilă cu consistență emolientă

Gelul - poate fi cu azulenă, oxid-titanium sau pe bază de miere

- este important să se folosească în special în locurile sensibile, la pielea subțire, aplicându-se cu paleta o fâșie foarte subțire
- smulgerea, îndepărtarea firelor de păr se face cu rapiditate și prin presare cu fața palmară în sensul invers al creșterii firelor de păr
- acest gel se folosește în special la axilă și mustață
- pentru combaterea înroșirii se folosește uleiul de azulenă, uleiuri calmante cu efect antiinflamator
- este indicat să se folosească în salonul de cosmetică după această operațiune de epilare baneocin pudră, pudră sulfamidată sau unguent cu baneocin, în situații în care s-au produs iritații, sângerări, înroșiri, pentru prevenirea unor infecții microbiene.

Cosmetica masculină sau Epilarea la bărbați

Deși pare greu de crezut și bărbații se epilează. Că se lucrează cu ceara de unică folosință sau cu ceară tradițională modul de aplicare și de smulgere a cerii este același doar că la bărbați avem anumite zone pe care nu trebuie să le epilăm, cum ar fi testiculele.

Tineți cont de faptul că pielea pe testicule este foarte fină și subțire de aceea puteți risca să produceți rani ușoare, iritații sau ceva mai grav. La epilarea pe piept, burtă, abdomen v-ar fi mult mai ușor dacă începeți epilarea de la omoplați (umeri) în jos, venind spre centru, aplicând ceară întotdeauna în sensul de creștere al firului de păr și smulsă invers. Dacă folosiți ceară tradițională întotdeauna să aveți grijă ca temperatura cerii pentru aplicare să fie acceptabilă pentru client.

Firul de păr la bărbați este mai puternic, mai gros de aceea recomandăm să se folosească ceara destinată epilării bărbaților (ex: ceara tradițională cu clorofilă, este ideală pentru firul de păr gros, și pentru firele de păr de sub piele; datorită clorofilei și durerea provocată la smulgere este diminuată, sau puteți folosi ceară tradițională elastică).

Iritația după epilare

În 50 % din cazuri există posibilitatea ca după epilare clientul(a) să se irite imediat după epilare sau la o zi, două distanță. Aceasta se întâmplă datorită agresiunii asupra pielii prin smulgerea foliculului de păr.

Deși iritațiile după epilare apar ca o reacție normală a corpului nostru la agresiunea pielii, ele pot fi destul de inestetice. Este bine de știut că iritația dispare de la sine după ce pielea se calmează, însă dezavantajul este că trebuie să aștepti să se întâmple acest lucru. În unele cazuri, dacă iritația post-epilare persistă, poate fi vorba de foliculită, o afecțiune a foliculilor piloși.

În cazul în care ști că ai clienți care prezintă probleme cu iritația este bine ca după epilat să :

- Masezi picioarele cu un ulei din arbore de ceai. Extras dintr-un arbore originar din Australia, acest *ulei* are proprietăți antiseptice, ajută la reducerea inflamației, la vindecarea rănilor și minimizează durerea.
- Folosește o loțiune sau o cremă antiseptică ce are proprietăți de vindecare, de răcire și de netezire a pielii după epilare. Loțiunea antiseptică reduce roseața și previne eventualele infecții.
- Recomandați să se evite dușurile fierbinți după epilare. Este bine să aștepte câteva ore bune înainte de a intra la dus, pentru ca pielea să aibă timp să-și revină. Apa fierbinte nu este recomandată deoarece, poate fi un iritant pentru piele. La fel ca și apa sarată!
- Înainte de epilare, *exfoliați ușor pielea*. În acest fel, veți scăpa de celulele moarte de la suprafața pielii și veți ajuta firele de par crescute în piele să iasă la iveală. În acest fel, veți reduce riscul foliculitei.
- Nu epilați în timpul menstruației. Acest lucru poate duce la agravarea iritațiilor, iar vindecarea lor va lua mai mult timp decât în mod normal. Dacă totuși sunt nevoite să se epileze în această situație, o loțiune cu *aloe vera* te va ajuta să calmezi zona.
- După ce ați epilat, pe zonele care știți că sunt predispuse la iritație puteți aplica un gel sau ulei calmant peste care să lucrați cu electrodermul. Va reduce și preveni iritația și foliculita.

Firele de par care cresc sub piele

Fiecare femeie sau bărbat care se epilează, s-a confruntat cel puțin o dată cu firele de par crescute sub piele, care pe lângă faptul că au un aspect inestetic sunt dureroase, și dau o senzație de jenă și disconfort.

De ce apar firele de par sub piele?

În general firele de păr crescute sub piele sunt rezultatul iritației, precum și al creșterii excesive a părului, care blochează și irită foliculii de păr, încrustându-se sub piele. În plus, persoanele care au pielea sensibilă sunt mai predispuse să întâmpine această problemă.

Firele crescute sub piele produc o iritație dureroasă, înroșirea pielii, precum și inflamarea zonei respective, însă în cazuri mai grave, firele de păr crescute sub piele pot lăsa o mică cicatrice. Zonele în care pot să

apară fire de păr sub piele cel mai des sunt coapsele, genunchii, pe linia bikinilor, piept, abdomen, fese .

Sfaturi pentru dvs si clientii dvs pentru a scapa de firele crescute sub piele

Aplicați produse ce conțin acid salicilic pe zonele cu păr crescut sub piele, deoarece vă va ajuta să reduceți înroșirea și inflamarea. De asemenea, aceste produse vă vor ajuta să exfoliați și să hidratați epiderma. În plus, aceste produse pot fi aplicate și pe zonele proaspăt epilate și astfel veți preveni creșterea firelor de păr.

Folosiți o penseta pentru a îndepărta firele de păr de sub piele. Cu atenție, folosind penseta, ridică delicat firul de păr, după care îndepartează-l. Apoi aplică o cremă care conține acid salicilic, pentru a evita iritarea pielii.

Pentru a preveni apariția firelor de păr sub piele folosește un produs exfoliant de fiecare data când faci duș. Optează pentru geluri de exfoliere pe baza de acid

salicilic, deoarece sunt excelente și sunt indicate înainte de epilare. Sau poți dizolva pastile efervescente de aspirină , care conțin acid salicilic și aplici soluția rezultată pe zonele cu probleme.

Cum să-ți menții pielea catifelată

Pentru ați păstra pielea catifelată este indicat ca după epilat să faci o baie cu lapte, deoarece îți va catifela pielea și te va ajuta să elimini celulele moarte, astfel că părul crescut pe sub piele nu va mai apărea.

În cazul în care nu le-ai acordat prea multă atenție firelor de păr crescute pe sub piele și te-ai ales cu o infecție este indicat să prepari o mască cu aspirină pentru a curăța zona. Aspirina este un puternic agent antiinflamator, care are proprietatea de a curăța în profunzime. De asemenea, aspirina conține acid salicilic, care are proprietatea de a elimina celulele moarte. Așadar, aplicați masca cu aspirină până scapiți de infecția cauzată de creșterea greșită a firelor de par.

Firele de par crescute sub piele sunt o problema cu care se confrunta numeroase femei și bărbați. Însa cu o îngrijire adecvată și cu mai multă atenție acordată procesului de epilare, pielea poate arăta minunat. Prin urmare, exfoliați zonele cu probleme și hidratațile corespunzător și astfel veți preveni creșterea firelor de păr sub piele și vă veți putea bucura de o piele catifelată.

CAPITOL 45. Materii prime existente în produsele cosmetice

1. Emulgatorii - substanțe senzioactive care cuprind în molecula lor o parte hidrofilă (solubilă în apă) și o parte lipofilă (solubilă în grăsimi), într-o proporție echilibrată. Se cunosc două grupe de emulgatori:

- Săruri ale acizilor grași (stearați, trietanolamina, oleați)
- Săruri de amoniu, care intră mai mult în compoziția unor geluri și șampoane

- **Acidul benzoic** - dezinfectant, se dizolvă în uleiuri grase, folosit la conservarea preparatelor cosmetice.
- **Acidul lactic** - se folosește în cremele de albit care redau luminozitate, în compoziția loțiunilor pentru tenurile pigmentate, măști
- **Acidul oleic** - lichid uleios, gălbui, folosit în prepararea cremelor de zi și a rujurilor de buze
- **Acidul tartric** - un lichid incolor, intră în compoziția loțiunilor de față și a apelor de gură
- **Acidul boric** - se folosește la prepararea apei boricată; intră în compoziția loțiunilor de față și mâini.
- **Acidul citric** - se întâlnește în fructe și este folosit la prepararea cremelor și a loțiunilor pentru albit și în special în loțiuni astringente
- **Acidul salicilic**, - este întâlnit sub formă de pulbere și cristale albe, solubil în apă fierbinte. În preparatele cosmetice este folosit în tratamentul pentru albire, în componența unor gomaje și în tratamentul bățăturilor, în concentrație de 20%.
- **Acid stearic** - este folosit la prepararea cremelor destinate pielii grase, alături de trietanolamină (creează stabilitate cremei)
- **Borax** - este întâlnit sub formă de cristale albe și folosit ca emulgator la prepararea cremelor de zi.
- **Camfor** - întâlnit în special la anumite geluri de dezinfectare, degresante și se mai întâlnește sub formă de loțiune camforată sau gelul pentru puncte negre
- **Caolinul (silicat de aluminiu)** - o pulbere gălbuie, întâlnită în prepararea măștilor cosmetice, adresate tenurilor grase, cu tendință acneică (pudre, farduri)
- **Carbonat de calciu** - substanță siccativă folosită la prepararea pudrelor, fardurilor și măștilor cosmetice
- **Carbonat de magneziu** - o pulbere albă, intră în compoziția pudrelor, cremelor de față
- **Lăptișor de matcă** - produs complex ce conține substanțe bioactive și stimulează regenerarea celulară; îl întâlnim în loțiuni (tenapin), creme, fiole pentru prepararea măștilor, măști cosmetice.
- **Polenul** - sub formă de granule, folosit pentru măști .
- **Ceară de albine** - albă - este întâlnită în special la prepararea cremelor hrănitoare, a emulsiilor, rujurilor; - roșiatică - brun închis - este folosită pentru epilare (ex: 1 kg colofoniu + 250 gr ceară)
- **Cetaceu (alb de balenă)** - obținut din craniul de balenă, este o masă albă cu luciu sidefat, folosit în creme cărora le dă consistență și putere de emulsificare
- **Colesterol** - răspândit în țesuturile animale și este folosit la prepararea diverselor creme nutritive pentru vârsta a doua
- **Colofoniu (sacâz)** - este folosit la epilare, la prepararea săpunurilor și lacurilor de unghii
- **Hidrochinonă** - pulbere albă solubilă în apă, alcool, folosită pentru loțiuni contra pistriilor și a petelor maronii (pentru albire)
- **Lanolina** - se extrage din lâna oilor prin topire pe baia de apă; constituie o bază grasă pentru cremă
- **Mentolul** - un produs natural extras din uleiul de mentă și este folosit în tratamentul medicamentos
- **Lecitina** - se extrage din celulele animale sau vegetale, este o masă galbenă, higroscopică, care se utilizează ca emulgator la prepararea loțiunilor și a cremelor nutritive

- **Rezorcina** - sub formă de cristale incolor, solubilă în apă. Este folosită în prepararea măștilor și cremelor pentru tenurile grase
- **Trietanolamina** - emulgator pretențios care se prezintă sub formă de lichid vâscos, incolor
- **Untul de cacao** - este o substanță grasă obținută prin presarea la cald a semințelor de cacao și este folosită pentru creme, rujuri și loțiuni de corp

1. **Gama uleiurilor**

- **Ulei de migdale** - folosit la prepararea cremelor grase și a emulsiilor
- **Ulei de ricin** - folosit pentru creșterea părului (ex. șampon: 10 ml ulei ricin + 2 gălbenușuri de ou + 10 ml rom)
- **Ulei de cacao** - folosit la prepararea cremelor de corp, cremelor faciale și măștilor
- cosmetice
- **Ulei de cocos** - folosit pentru demachiant și săpunuri
- **Ulei de morcov** - presat la rece, este folosit pentru tenurile pigmentate; uleiul obișnuit este folosit la prepararea măștilor și în cremele nutritive, în întreținerea pielii gâtului și decolteului
- **Ulei din semințe de struguri** - folosit în tratamentul tenurilor sensibile, cuperozice
- **Ulei de migdale** - se absoarbe rapid în țesut, hidratând în profunzime, absorbindu-se complet după aplicare. Poate fi folosit ca loțiune hidratantă, demachiant, balsam de buze, ulei de masaj, tratament pentru păr, regenerant de țesut, antiinflamator, ulei de baie, anti-nd, anti-vergeturi. Este recomandat pentru toate tipurile de ten, chiar și pentru cel cu tendințe de îngrășare, tocmai pentru că seamănă la textură cu sebumul produs în mod natural de către piele.
- " **Ulei de avocado** - conține vitamina A, B, C; este un ulei antirid folosit în cremele adresate tenului matur și sensibil
- " **Ulei de arahide** - conține vitamina E; are efect regenerant și se folosește în tratamentul tenurilor în curs de îmbătrânire; folosit în creme și la preparate antisolare
- " **Ulei din germeni de grâu** - un conținut ridicat de vitamine A, E, F; pătrunde foarte bine în piele, fiind folosit în compoziția cremelor nutritive
- " **Ulei de soia** - folosit în prepararea cremelor hidratante
- " **Ulei din ficat de pește** - este folosit la prepararea produselor calmante antiinflamatoare, la prepararea măștilor nutritive și pentru tratamentul tenului sensibil
- " **Ulei de nură** - este folosit în compoziția preparatelor cu efect emolient, tratarea ridurilor și regenerarea celulelor

CAPITOL 46. Extracte biovegetale și fitohormoni

- **Ceaiul verde** este bogat în polifenoli, un grup de antioxidanți puternici ce au abilitatea de a neutraliza radicalii liberi agresivi. De asemenea, apreciat pentru proprietatea sa de a calma pielea iritată, ceaiul verde se poate folosi pe toate tipurile de piele și în orice condiții
- **Extractul de licorice** are acțiune directă asupra microcirculației limfatice și venoase, ajută la eliminarea toxinelor și are un efect antiinflamator

- **Extractul de nalbă** - redă luminozitate, calmează tenul iritat

Extractul de arnică - activează microcirculația limfatică și vensă, datorită conținutului de acizi clorogenic și cafeic, și activează lipazele

- **Extractul de măceș** - bogat în vitamina C, stimulează fluxul sanguin și limfatic și mărește elasticitatea vaselor capilare, reducând formele cuperozice (roșeața și friabilitatea capilară)
- **Centela asiatică** - regenerează țesutul conjunctiv prin stimularea fibroblastului și producerea de elastină și collagen și activează circulația

sanguină și limfatică

- **Ruscus aculeatus** - intensifică circulația limfatică și venoasă, reduce permeabilitatea pereților vaselor capilare
- **Camellia Oleifera** - calmează semnele de iritare
- **Camellia Sinensis** - reduce semnele de îmbătrânire cauzate de radicalii liberi și calmează tenul iritat
- **Cola, Mate și Guarana** - amestec natural de extracție care inhibă semnele de sensibilitate
- **Alge marine** - umectant derivat din plante de mare care îmbunătățește bariera pielii și abilitatea ei de a reține apa
- **Pelvetia** - asigură o hidratare maximă, regenerează și ameliorează cuperoza
- **Ulei din germeni de grâu** - folosit la toate tipurile de piele afectate de cuperoză. Absorbit ușor în țesuturi, stimulează circulația sanguină, îmbunătățește tonicitatea pielii și accelerează formarea celulelor (se folosește în cantitate de 5 - 10 %)
- **Dipotassium Glycyrrhizinate** - inhibă semnele de inflamare

CAPITOL 47. Cosmetica cu ajutorul fructelor și legumelor, conținutul lor în vitamine și minerale, efectele lor asupra tenului

* **Ananasul** : vitaminele A, B, C, rol hidratant și hrănitor

* **Banana** : vitaminele A, B1, B2, C, E, săruri minerale

* **Cireșa** : vitaminele A, B, C, săruri minerale, combate edemele, efect antirid

* **Caia**: vitaminele A, B, C, PP, săruri minerale, tonifică epiderma, calmează nervii faciali, antirid

* **Grapefruit**: vitaminele C, B1, B2, PP, provitamina A, săruri minerale, activator al funcțiilor de nutriție celulară

* **Lămâia**: vitaminele A, B1, B2, B3, carotene, provitamina A, PP, săruri minerale, conferă strălucire tenului, tonifică epiderma

* **Marul**: vitaminele A, B, C, săruri minerale, catifelează pielea

* **Măslina**: vitaminele A, B9, C, F, caroten, săruri minerale

* **Piersica**: vitaminele A, B, C, săruri minerale, hidratantă, tonică

* **Pepelele**: vitaminele A, B, C, P, regenerator al țesuturilor; pepenele galben se folosește pentru îngrijirea tenului uscat

* **Strugurele**: vitaminele A, B, C, fosfor asimilabil, energetic, tonic al țesutului conjunctiv.

• **Seva de viță de vie**: colir pentru ochii inflamați, obosiți, înroșiți, bun decolorant pentru pistrui

• **Portocala**: vitaminele A, B1, C, săruri minerale oligoelemente, apă glucide, acizi, cenușă, celuloză, întârzie apariția ridurilor prin rolul hidratant,

tonifiant, hrănitor

- **Cartoful:** vitaminele B, C, K, amidon, săruri minerale, pentru pori dilatați, riduri
- **Castravetele:** vitaminele A, B, C, săruri minerale, pentru pete roșii, tenuri deshidratate
- **Ceapa:** vitaminele A, B, C, zaharuri, săruri minerale, combate pistruii
- **Morcovul:** vitaminele A, B, C, săruri minerale, împiedică apariția ridurilor
- **Mărarul:** vitaminele A, B, C, fosfor, pentru tenuri grase, pori dilatați, iritații
- **Prazul:** vitaminele B, C, săruri minerale, tenuri grase cu puncte negre
- **Păătrunjelul:** vitaminele A, B, C, săruri minerale, pentru curățarea tenului, remediu contra pistruiilor
- **Roșia:** vitaminele A, B, C, săruri minerale, îmbălbățează și revitalizează pielea, acțiune sedativă și antirid
- **Usturoiul:** vitaminele B, C, săruri minerale, tratarea diferitelor afecțiuni ale pielii
- **Varza:** vitaminele A, B, C, PP, D2 provitamina A, săruri minerale, întreține nutriția țesuturilor, favorizează absorbția oxigenului la nivelul celulelor, ușurând respirația celulară, dezinfectant, tonifiant

Utilizarea produselor lactate în cosmetică

Laptele este un produs secretat de glandele mamare ale mamiferelor.

Conține lactoză, săruri minerale, substanțe albuminoide, grăsimi, acizi grași, colesterol, lecitină, carotinoide, vitaminele A, C, D, E, B1, B2, B6. Conținutul său bogat în substanțe nutritive îi atribuie un rol important în înfrumusețarea pielii.

- **Acidul lactic** ajută la curățarea celulelor moarte. Proteinele din lapte sunt compuși importanți pentru refacerea celulelor. Zahărul din lapte este o sursă energetică care dă fermitate musculaturii și reînnoiește schimbările celulare.
- **Vitaminele A și D** sunt folosite contra deshidratării pielii. Vitamina B1 previne acneea, **vitamina B6** combate punctele negre, vitamina C este antiseboreică și dă claritate pielii, iar vitamina K întărește vasele capilare, prevenind cuperoza.
- **Laptele de iapă și de măgarică** dă rezultate bune în tratamentul neurodermitelor și a psoriazisului, împotriva arsurilor.
- **Brânza de vacă** este folosită pentru tenurile sensibile și ridate.
- **Urda** are acțiune emolientă și este folosită în măști pentru ten uscat.
- Cel mai eficient lapte, atât pentru uz intern, cât și pentru uz extern, este **laptele de capră**. Acesta poate fi comparat cu laptele de mamă.

Produse apicole utilizate în cosmetică

Lăptișorul de matcă conține vitaminele A, B1, B2, B6, C, E, H, PP, enzime, hormoni, aminoacizi, substanțe minerale. Lăptișorul de matcă frânează procesele timpurii de îmbătrânire, tonifică organismul, reglează arderile în organism, înlătură grăsimile de prisos. Se folosește

în menținerea elasticității și troficității țesuturilor, fiind folosit în tratamentul tenurilor ridate, ofilite, îmbătrânite.

Polenul are compoziție foarte variabilă, depinzând de flora unde a fost recoltat. El conține 18 aminoacizi, vitamine, enzime, substanțe colorate vegetale, oligoelemente și cantități mici de hormoni estrogeni. Polenul are acțiune de regenerare și întinerire a pielii datorită vitaminelor și aminoacizilor pe care îi conține.

Mierea de albine conține cantități importante din toate vitaminele, substanțe minerale, acizi organici, esențe parfumate. Mierea este folosită în general pentru tenul uscat, ofilit, îmbătrânit.

Propolisul este o substanță adezivă, rășinoasă, produsă de albine ca material de cimentare. Propolisul are însușiri antibacteriene, cicatrizante, fiind folosit în tratamentul eczemelor, ulcerărilor, arsurilor, în afte, acnee, eroziuni ale pielii.

Vitamine, hormoni și alte substanțe biologic active: preparatele cu enzime și hormoni au rolul de a acționa asupra pielii, ajutând la îndepărtarea stratului de piele necrozată, având efect decongestiv și epitelial.

CAPITOL 48. Plante, legume și fructe folosite în cosmetică.

Rețete

Albăstrele-vinețele (iarba frigurilor)

- infuzie: 1 lg flori la 500 gr apă fiartă - se folosește în cataplasme și comprese, pentru tratarea pleoapelor ridate și a ochilor obosiți, având proprietăți calmante și tonifiante

Asmațuiul (hasmațuchi)

- infuzie: flori 50 gr la 500 gr apă fiartă - înmuierea, netezirea și hidratarea pielii

Bananele

- mască: 1 banană bine coaptă se amestecă cu 1 linguriță de miere de albine și 20 picături suc de lămâie - acțiune tonică și emolientă, indicată pentru toate tipurile de ten

Brusturele

- decoct: rădăcină de brusture (tăiată) 40-50 gr la 500 gr apă. Planta se pune seara la macerat; a doua zi se prepară decoctul la foc mic, apoi se strecoară. Poate fi folosit intern, de persoanele predispuse la eczemă, acnee; 2-3 ceșcuțe timp de 10-15 zile. Extern pentru spălătul capului contra mâncărimilor de piele, mătreații și căderii părului; sub formă de comprese în cazul tenurilor grase; antiseptic.

Busuiocul

- infuzia: 1-2 gr % împreună cu teiul și măghiranul este folosit pentru baie ca tonic nervin

Caisele

- fructul proaspăt este indicat tenului gras cu puncte negre și tendință de acnee

Cartoful

- mască: un cartof fiert, frecat cu puțin lapte proaspăt și un gălbenuș de ou - pasta caldă se menține pe față timp de 20 minute; înmoaie, netezește și învioră tenurile uscate și ofilite. În apa în care am fiert cartofii introducem mâinile timp de câteva minute.

- pastă : 100 gr cartofi curățați la 1 l apă - indicat în cazul mâinilor care se învinețesc cu ușurință; se aplică cataplasme peste eczemele de pe cap, obraz și corp.

Crețișoară

- infuzie: 5 gr plantă la 100 gr apă, se folosește sub formă de compresă, având acțiune antiseptică și antiinflamatoare

Castraveți

- lapte de castraveți: 2 castraveți bine copti, tăiați în bucăți mici, se pun într - un litru de apă rece, se fierb 20 minute, după care se filtrează prin tifon. Soluția obținută se diluează cu o cantitate egală de apă fiartă și răcită. Pentru conservare mai îndelungată se adaugă 1 linguriță tinctură de benzoe. Folosit pentru tenul uscat.

- castraveți bine copti, curățați de coajă, se taie și se dau prin mașina de tocat; lichidul se strecoară prin tifon; la 1 litru zeamă de castraveți se adaugă 250 ml alcool; se lasă la macerat 48 ore, apoi se filtrează și se toarnă în vase bine închise; se păstrează la loc uscat și răcoros. Această zeamă de castraveți este indicată la toate tipurile de ten, foarte bun hidratant al pielii; pentru tenul gras cantitatea de alcool trebuie dublată.

Căpșunele

- stoarcem 3-4 căpșune și cu zeama respectivă ungem fața, pleoapele și gâtul; se lasă 15 minute, apoi se spală fața. Tonifică pielea.

- mască: 2-3 căpșune se amestecă cu o linguriță de caimac sau smântână; indicate tenurilor grase.

Ceapa

- se curăță 3 cepe, se desfac și se pun la macerat timp de 24 de ore, în ^ l rom; se scoate ceapa și se strecoară. Fricțiuni ale pielii capului la 2 zile pentru a preveni căderea părului; părul spălat cu decoctul de ceapă capătă reflexe luminoase, aurii.

- sucul de ceapă, amestecat în părți egale cu ulei de măsline sau porumb, se folosește contra negilor și în formele ușoare de cuperoză; cicatrizant al rănilor, furunculelor și flegmoanelor.

Cimbru, cimbrisor de cultură

- infuzie: 10 gr plantă la 300 gr apă; la băi aromatice 100 gr plantă la 3 l apă;

acțiune antiinfecțioasă asupra pielii în diferite dermatoze și tonic nervin; pentru spălătul dinților și a gingiilor, ca fortifiant.

Cozile de cires

- decoct : 10 gr codițe la 100 gr apă, diuretic indicat în cura de slăbire.

Crinul

- petale sau rădăcină de crin 250 ml infuzie se amestecă cu 10 gr tinctură de benzoe, apă de față indicată pentru îngrijirea tenului gras.

Fasolea

- decoct : o lingură de teci la 250 gr apă, indicat pentru acnee sub formă de comprese.

Fragii

- mască: 2 linguri de fragi se storc și se amestecă cu o linguriță de caolin; se aplică pe față, pleoape și gât. Se păstrează pe piele 10-15 minute; tonifică pielea; efect pozitiv în decolorarea pistruiilor.

Gălbenele

- infuzie: 5 gr flori la 100 gr apă, sau 50 gr flori + 150 gr foi și tulpină, se pun la macerat în 150 gr alcool timp de 24 ore, după care se strecoară și se amestecă cu 1 litru untdelemn și 50 gr ceară; se pune amestecul la foc mic pentru 1-2 ore după care se strecoară prin tifon. Stimulant al transpirației și în eczeme. Unguentul este folosit în diferite eczeme de pe corp sau de pe cap. În prealabil se spală cu infuzie de gălbenele; antiinflamator, cicatrizant; tratamentul tenului uscat.

Ghiocelul

- suc de ghiocel se folosește contra pistruiilor și petelor de pe față și mâini

Gutuiul

- se prepară un suc de gutui, care are efect astringent; loționarea tenului foarte gras, cu pori dilatați.
- mască: suc de gutui amestecat cu talc până la consistența unei paste.

Lămâia

- loțiune : suc lămâie și apă de ploaie în părți egale, pentru îngrijirea tenului gras, pătat sau ofilit; se folosește după demachiere.
- mască: ^ linguriță suc de lămâie se amestecă cu 1 gălbenuș de ou și 1 linguriță de untdelemn - indicate tenului uscat sau normal; dă obrazului luminozitate și catifelare.

Levăntica

- infuzie 5% plantă; calmant, contra acneei, cuperozei, sub formă de comprese.

Liliacul

- apa de liliac se prepară într-o sticlă colorată cu gâtul mai larg în care se introduc petalele de liliac înflorit, până la jumătatea sticlei; se toarnă alcool aproape până la gâtul sticlei; se închide sticla, se păstrează la loc uscat, ferit de lumină, timp de 30 zile, după care se strecoară și se stoarce produsul; din soluția alcoolică obținută se prepară apa de liliac, folosind 250 g soluție alcoolică la 500 gr apă fiartă și răcită.

Măghiranul

- se folosesc frunzele, florile sau tulpinile uscate; 20 gr la 1 litru de apă

- loțiune: după spălarea părului se freacă pielea capului; infuzia se toarnă în cadă; indicată pentru reconfortarea organismului.

Maceșul

- decoct: fructe de măceș 5 g %; loțiune astringentă; se loționează dimineața și seara

Mărarul

- apa de mărar: mărar proaspăt (1 legătură), apă 250 gr; se fierbe timp de 20-30 minute mărarul în apă, apoi se filtrează. Loțiune - apă de mărar 100 gr, glicerină 10 gr, alcool 25 gr, zeamă de lămâie 15 gr. Loțiunea este indicată tenurilor grase și porii dilatați sau în cazul iritațiilor însoțite de mâncărime

Mușețelul

- infuzie: 5-10 gr la 100 gr apă; antiseptic și decongestiv. Compresse în cazul

tenurilor uscate, iritate și congestionate. Loțiune dezinfectantă pentru spălatul obrazului în locul apei obișnuite; la băi de abur pentru o bună curățare a obrazului; tampoane indicate pentru ochii iritați.

Menta

- infuzie 5 gr %; 200 g frunze la 3 l apă infuzie; pentru băi la picioare ca decongestionant; pentru combaterea transpirației; mască pentru ten ofilit.

Mărul

- pasta: măr fiert în lapte; pentru eczeme și acnee.

Melisa (roinița)

- infuzie: foi de melisă 5 g% - împreună cu alte plante pentru băi; cicatrizant, antiseptic; tonic nervin, sedativ, sudorific ; băi medicinale - cataplasme.

Mesteacănul alb

- infuzie : 200 g foi de mesteacăn la 1 l de apă; comprese în bolile de piele - loționarea obrazului contra petelor.

Migdale

- decoct: din coji de migdale emulsie; comprese și loțiuni contra pielii aspre și cu eczeme.

Morcovul

- mască: carote zemoase date pe răzătoare mică, amestecate cu caimac sau cu zer proaspăt de lapte, smântână; suc de morcovi; catifelează și vitaminizează pielea uscată din cauza intemperiilor. Loțiune indicată tenului sensibil, palid, veștejit.

Muguri de pin

- decoct: 20 gr la 1 l apă; băi reconfortante, antireumatice.

Mure

- infuzie; frunze 25 g la 500 g apă; loțiune antiseptică pentru îngrijirea tenului gras. În gingivite, gargare.

Nemțoaice

- macerat: 100 g foi și semințe proaspete de nemțoaice + 100g merișor turcesc + 100 foi de urzici proaspete se pun la macerat în 15

zile, apoi se strecoară; contra căderii părului. Cu soluția respectivă se freacă pielea capului la rădăcina părului.

Panseaua sălbatică

- infuzie: 40 g flori la 500 g apă; comprese contra eczemelor.

Păpădia

- infuzie: 40 g flori la 500 g apă; ca diuretic în obezitate. Pentru loționat fața seara și dimineața contra petelor de pe obraz.

Pătlagina

- infuzie: planta proaspătă 5 g %; loțiune dezinfectantă; acțiune de înviorare a organismului, băută zilnic, în 2 reprize, câte o ceașcă; foile ca atare, curate, se folosesc ca hemostatic, ușurează mâncărimile și iritațiile pielii.

Pătrunjelul

- Frunze de pătrunjel (1 legătură) la 1 l apă. Se pun la macerat timp de 24 de ore în apă sau se prepară o infuzie; pentru atenuarea petelor din timpul gravidității. Contra tenului congestionat, iritat și roșu (întrunește aproape totalitatea vitaminelor)

Pepenele galben

- mască: miezul de pepene sau sucul; în tratamentul pielii deshidratate, uscate, oflitate.

Pelinul

- infuzie: 5 g %; pentru spălat rănilor și eczemele - antiseptic.

Piersicile

- mască: fructul bine copt se amestecă cu o linguriță de caolin. Se poate trece pe față și fructul ca atare; îngrijirea tenului seboreic.

Portocale

- loțiune: 2 linguri suc de portocale amestecat cu 300 g apă de roze; tonic al pielii. Sucul de portocale poate fi folosit și ca atare, după 20 de minute, fața se spală cu apă. Indicată tenului uscat și deshidratat.

- mască: sucul unei portocale se amestecă cu o linguriță de lanolină, se topește pe baia de apă

Prunele

- fructul bine copt se trece pe obrazul bine curățat; pentru ten normal și gras.

Podbalul

- infuzie: flori și frunze 5 g%; comprese și cataplasme în dermatoze.

Rozmarinul

a) infuzie : 20 gr la 1 l apă; comprese sau fricțiuni în tratamentul cuperozei.

b) rozmarin, salvie, sunătoare în părți egale; pentru creșterea părului, îl fortifică, îi dă suplețe și strălucire.

c) macerat: 1 lingură din plantă se macerează în 200 gr alcool 40°, rachiu sau vin timp de 30 de zile. Se strecoară; se folosește pentru îngrijirea tenului.

Roșia

- cu o roșie cojită, bine coaptă, se masează pielea obrazului și gâtului.

- mască: suc de roșii + amidon sau talc; indicată pentru îngrijirea tuturor tipurilor de ten; sucul de roșii se îndepărtează spălând fața cu apă caldă și aplicând apoi o cremă grasă. Curăță impuritățile de pe piele.

Ridichea

- sucul de ridiche se obține prin stoarcerea ridichilor, apoi se strecoară; se folosește sub formă de comprese pentru urticarie.

Rostopasca

- infuzie: 0.5 - 1 g%. Laptele de rostopască se obține prin presarea plantei; are o culoare galben-portocalie; antiseptic; în medicina populară se folosește în special laptele proaspăt contra negilor și bătăturilor.

Salcia

- decoct: 5 g %; comprese, băi. Infuzie: salcie + măghiran + valeriană în părți egale; băută seara combate insomnia. Cicatrizant, hemostatic în ulceratii cutanate.

Salvia

a) infuzie: 5 g%; comprese în tratamentul eczemelor

b) macerat: foi de salvie tocate mărunț + sunătoare + rozmarin în părți egale, se macerează timp de 4 ore în oțet de vin amestecat cu alcool. Se strecoară, se amestecă cu apă în părți egale, se obține un oțet de toaletă; intră în compoziția produselor contra căderii părului; combate transpirația exesivă; îngrijirea tenului gras.

c) infuzie: salvie + sunătoare + nalbă în părți egale; comprese contra tenului uscat, iritat și congestionat. Cu frunzele crude se freacă dinții pentru albire.

Nucul

a) digestie: coji de nuci proapete 100 g, ulei de măsline 1000 g. Se încălzesc pe baia de apă, cojile de nuci în uleiul de măsline până la evaporarea apei din cojile de nuci, apoi se strecoară; pentru vopsirea părului (operația trebuie repetată mai des, căci culoarea se decolorează cu timpul).

b) decoct: 600 g frunze de nuc la 4 l apă; băi de picioare în cazul picioarelor umflate.

c) decoct: frunze de nuc 10 gr %, apă de trandafir + glicerină în părți egale; combaterea transpirației la picioare și îngrijirea tenurilor grase, seboreice.

d) tinctură: 200 g coji de nuci verzi se pun la macerat în 100 g apă, timp de 2 zile; se strecoară și se adaugă alcool 50 g de 70°.

Scaietele

- rădăcină de scaiete; îngrijirea tenului seboreic.

Sulfina

- infuzie: 5 g%; comprese, antiseptic; infuzie: 100 g plantă la 2 l apă; băi calmante, antiinflamator.

Socul

- infuzie: 20 g floare la 500 g apă ; antiseptic, comprese în erizipel, răni și eczeme; cataplasme sau băi în furuncule; comprese indicate tenurilor uscate, iritate și congestionate.

Știrul

- infuzie : un pumn de știr la 500 ml apă; indicat tenului aspru, lipsit de suplețe.

Ștevia de grădină

- decoct : 30 g rădăcina la 1 l apă; astringent și depurativ; recomandat în dermatoze.

Strugurii

- sucul ca atare sau amestecat cu caolin până la obținerea unei paste; indicat tenului uscat cu porii dilatați.

Sunătoarea

a) oțet de toaletă: amestec în părți egale cu salvia și rozmarinul; indicat tenului gras; băi, cataplasme, gargară.

b) infuzie: sunătoare, mușetel, nalbă, salvie în părți egale; indicate tenurilor uscate, iritate și congestionate, sub formă de comprese.

c) ulei de sunătoare: se pun la macerat timp de o lună flori de sunătoare în ulei de floarea soarelui; sau flori de sunătoare 30 g se pun la macerat pentru 12 ore în 300 g ulei de floarea soarelui și se lasă pe baia de apă timp de 2-3 ore. După 48 de ore se strecoară. Se păstrează ferit de lumină, în sticle colorate.

Teiul

- infuzie: tei, măghiran, busuioc - calmant general, în tratamentul insomniei, băi calmante.

- decoct: flori de tei, comprese contra cearcănelor; se mențin pe ochi timp de 15 minute

Trandafirul

- infuzie, dezinfectant, decongestiv în iritații, spălături oculare

Tătăneasa

- decoct: 20 gr rădăcină la 1 litru de apă; decongestive, astringent și cicatrizant.

- infuzie 10-20 g %, pentru loționarea rănilor, comprese, băi.

Urzica

- infuzie 10 g %, cicatrizant, băi, comprese. Decoct : rădăcină 10 gr %, degresează și revitalizează părul.

Usturoiul

- oțet de usturoi: 30 gr usturoi în 500 ml oțet se macerează timp de 10 zile, indicat la ulcerații.

Vița de vie

- infuzie: 5g% - folosită pentru spălatul ochilor obosiți, contra petelor și pistruiilor

CAPITOL 49 . Mici secrete pentru fete 1. Rețetă împotriva

ridurilor din jurul ochilor

Pentru a atenua și a preveni ridurile de expresie care se formează în jurul ochilor, este recomandat ca, pe lângă cremele speciale cu care îți îngrijești această zonă, să mai aplici o dată pe săptămână o mască specială pentru ochi, cu rezultate neașteptate.

Ingrediente:

- 1/2 morcov
- Ulei de măsline extravirgin

Toacă mărunț (eventual, la blender) jumătate de morcov, iar peste mixtura obținută adaugă 5 picături de ulei de măsline extravirgin. Pune amestecul în doi săculeți mici de tifon și aplică pe zona ochilor, curățată în prealabil. Păstrează masca timp de 15-20 de minute, după care clătește zona cu apă caldă și aplică o cremă hidratantă pentru ochi.

Poți să folosești acest amestec și pentru întreaga față, însă nu trebuie să-l ții mai mult de cinci minute, deoarece colorarea tenului va deveni prea puternică. Dacă vei păstra această mască pe față preț de numai câteva minute, vei obține o culoare frumoasă și sănătoasă a tenului și s-ar putea să simți nevoia de a renunța la fondul de ten!

2. Baie cu lapte pentru o piele fină și strălucitoare

Băile cu lapte ale Cleopatrei au rămas celebre în istorie pentru efectul uimitor pe care îl aveau asupra pielii. Componentele active din lapte acționează aproape instant asupra pielii, lăsând-o mai fină, mai luminoasă și mai strălucitoare.

Pentru a obține același efect, nu este necesar să-ți umpli cada cu lapte! Poți apela la mici trucuri și "scurtături" care-ți vor proteja buznarul, fără a face rabat de la calitate. În combinație cu alte ingrediente, recunoscute pentru efectul de înfrumusețare și protejare a pielii, vei putea admira rezultatele chiar și după prima "scufundare".

Ingrediente:

- 3 cești de lapte praf
- 1/2 ceașcă fulgi de ovăz
- 1/3 ceașcă migdale râșnite
- 2 capsule de vitamina E
- 1 capsulă de vitamina A
- 1/3 ceașcă amidon de porumb

Combină toate ingredientele și asigură-te ca sunt bine amestecate. Introdu-le într-un săculeț permeabil și scufundă-l în apa fierbinte din cadă. Bucură-te de o piele mai curată și mai fină!

3. Scrub cu cafea pentru corp

Acest scrub preparat în casă îți va lăsa pielea moale și catifelată.

Particulele de zahăr exfoliază pielea, cafeaua ajută la reducerea celulitei, iar uleiul de măsline hidratează pielea, lăsând-o fină și strălucitoare. La final, pielea ta va purta doar un miros ispititor de cafea proaspătă.

Ingrediente:

- 4 linguri de zahăr
- 2 linguri de cafea
- ulei de măsline

Se amestecă zahărul și cafeaua și se adaugă uleiul de măsline, atât cât este necesar pentru a omogeniza acest amestec și pentru a-l face ușor de aplicat.

După ce am aplicat gelul de duș și am clătit bine pielea, porii sunt îndeajuns de deschiși pentru a primi maximum de beneficii din uleiul de măsline, iar gomajul va avea cele mai bune rezultate. Masăm pielea ușor (zahărul este destul de abraziv), insistând în zonele cu probleme (coate, călcâie). Lăsăm să acționeze timp de 5 minute, după care clătim. Pielea va rămâne fină, hidratată și strălucitoare.

4. Deodorant natural homemade

Deodorantul natural homemade este soluția perfectă pentru cei care, puși în fața unor rafturi pline de cosmetice cu chimicale, fac alegerea conștientă de a se îndrepta spre rețete bio de deodorant.

Acum poți încerca și tu o rețetă de deodorant natural homemade, care pe lângă faptul că protejează excepțional și lasă pielea să respire, te ferește și de un aport de chimicale în plus.

Rețetă deodorant natural:

- 1/3 cană amidon de porumb
- 1/3 cană praf de copt
- 10 picături de ulei esențial antibacterial (tea tree, lavandă sau eucalipt)
- 10 picături de ulei esențial antifungic (tea tree, eucalipt, lemn de santal, mentă)
- 2 linguri ulei cu vitamina E
- 3 linguri ulei de cocos

Mixează ingredientele într-un castron până se omogenizează într-o pastă groasă. Transferă amestecul în recipientul de păstrare (poți folosi vechiul recipient al unui deodorant din comerț) și lasă-l timp de 24 de ore.

Iată rezultatul! Este atât de simplu și eficient, încât, dacă încerci o dată, nu vei mai renunța la această rețetă de deodorant bio.

5. Mască cu ulei de măsline pentru păr uscat și degradat

Dacă părul tău este uscat și despicat la vârfuri, cea mai bună soluție de moment este să le tai, însă dacă vrei să previi repetiția acestui scenariu, aplică săptămânal o mască specială.

Ingrediente:

- Ulei de măsline (în funcție de lungimea părului)
- Un gălbenuș de ou
- 1 lingură de miere
- 1 fiolă de Revalid sau alt tonic pentru păr (dacă există în dotare)

Se încălzește uleiul de măsline (se ține foarte puțin pe foc, câteva secunde doar, până devine cald, nu fierbinte). Se adaugă o lingură de miere și se amestecă.

Separat, se bate galbenușul unui ou și se amestecă treptat cu uleiul cald (pentru a nu se întări). La sfârșit se adaugă și fiola de Revalid sau alt tonic pentru păr, bogat în vitamine.

Se amestecă și se aplică soluția pe toată suprafața firului de păr. Persoanele cu scalpul uscat pot aplica masca și la rădăcină. Se întinde bine și se masează. Este indicat să țineți masca cât mai mult timp pe păr (cel puțin o oră). Pentru ca efectele să fie mai rapide și mai intense, puteți acoperi capul cu o capă de duș sau cu un prosop înmuiat în apă fierbinte. Clătiți și aplicați balsamul, ca de obicei.

6. Ceaiul de lămâie

Ceaiul de lămâie are un puternic efect antioxidant, detoxifiant. Datorită vitaminei C care se găsește în sucul de lămâie, aceasta are efect de reglare a hiperacidității stomacului. Coaja de lămâie, datorită uleiului din compoziție, are proprietăți de detoxifiere și de curățare a rinichilor și ficatului.

7. Ceaiul de urzică

Ceaiul de urzică are efect diuretic și stimulează digestia, dar mai ales taie pofta de mâncare. În plus, urzicile sunt plante bogate în vitamina C, E, dar și în minerale precum magneziu, calciu, fier, siliciu și potasiu, care mențin sănătatea oaselor și a mușchilor. Ele curăță toxinele din sânge și reduc apetitul, hrănind în același timp organismul. Prepară o infuzie dintr-o lingură de plantă uscată la 250 ml de apă și bea o cană dimineața și una seara.

8. Ceaiul verde

Ceaiul verde este unul dintre cei mai eficienți antioxidanți, acesta dizolvă grăsimile și stopează absorbția acizilor grași. Ceaiul verde, datorită compoziției sale, poate înlocui cu succes cafeaua, având efect revigorant. Ceaiul verde ajută la controlarea apetitului. Nutrienții ce se află în ceai trimit semnale către creier și stomac, scăzând apetitul și micșorând cantitatea de mâncare cerută de organism.

9. Ceaiul de leuștean

Leușteanul conține principii active ce au o puternică acțiune terapeutică asupra aparatului respirator, a aparatului reno-urinar, asupra sistemului endocrin și a celui imunitar. Ca substanțe active leușteanul conține uleiuri eterice, butilftalide, acid izovalerianic și derivați ai cumarinei. Planta provoacă o buna diureză (eliminarea apei din corp), ceea ce ajută la eliminarea apei din țesuturi, dar și a toxinelor din organism. Este indicat în curele de slăbire să folosești infuzie de frunze, ceea ce înseamnă că o linguriță cu frunze de leuștean la o cană cu apă clocotită, se lasă până la 1 minut, se strecoară. Se beau până la 3 cani pe zi. Atenție! Amestecul de plante potrivit te ajută să arzi grăsimile, dar pentru asta trebuie să nu uiți de dietă și sport. Pe perioada curei de slăbire apelează și la nutriționistul tău, dacă însă nu apelezi la un nutriționist, atunci încearcă să reduci treptat mâncarea pe care o consumi zilnic. Altfel, rezultatele se vor lăsa așteptate.

10. Argila albă

O argilă activă, foarte fină și delicată, netezește și decongestionează pielea. Este potrivită pentru orice tip de piele, în special pentru cea sensibilă, iritată, pielea uscată, matură sau îmbătrânită.

Este o argilă potrivită inclusiv pentru pielea bebelușilor și copiilor, este un excelent substituent pentru pudra de talc.

Utilizare:

- sub formă de mască pentru curățarea delicată a tenului sensibil sau uscat, iritat
- sub formă de cataplasme, aplicate pe răni închise, pentru proprietățile hemostatice și reparatoare
 - sub formă de mască pentru tratarea pielii uscate sau iritate și a tenului matur în special

Ingredient polivalent în produsele de machiaj (farduri, pudre) ca o substanță de umplere. Asigură aderența pe piele, absoarbe umezeala și grăsimea excedentară de pe piele.

11. Argila verde

Este o argilă activă universală, apreciată pentru proprietățile de absorbire, vindecare, catifelare și purificare. Argila tip montmorillonite se consideră a fi cea mai potrivită pentru aplicații cosmetice, datorită conținutului ridicat de minerale, și a capacității mărite de absorbție.

S-a dovedit eficace în special în cazurile de piele inflamată și pentru îngrijirea pielii grase sau mixte, este un bun regulator de sebum. Este potrivită pentru curățarea și netezirea oricărui tip de piele.

Utilizare:

- curățarea pielii, eliminarea impurităților și a excesului de sebum
- sub formă de cataplasme, pe vânătăi, leziuni, inclusiv entorse

- sub formă de cataplasme, pe răni închise, pentru vindecare, având capacitatea de a absoarbe impuritățile în cazuri de abcese, ulcere varicoase

- echilibrarea și purificarea tenului gras sau mixt

12. Argila roșie

Argilă activă remarcabilă datorită proprietăților de calmare și reparare a pielii reactive. Este revitalizant și detoxifiant al pielii încărcate și obosite, ideal pentru tenul tern, devitalizat, pielea palidă. Bun remineralizant pentru orice tip de piele.

Utilizare:

- detoxifierea pielii încărcate, calmarea tenului inflammat
- sub formă de cataplasme aplicate pe zone ale pielii cu diverse afecțiuni

- sub formă de mască pentru tenul încărcat, tern, obosit, devitalizat

13. Argila bej

Este o argilă activă, ideală în special pentru tratamente corporale tip spa. Conține o serie de minerale esențiale incluzând cupru, zinc, potasiu. Este puternic detoxifiant.

Asistă la tratamentele anticelulitice. Lasă pielea proaspătă, hidratată, revitalizată.

Utilizare:

- sub formă de mască, pentru orice tip de ten, prezintă o bună sinergie cu activele cosmetice
- sub formă de împachetări corporale circulatoare, anticelulitice, remineralizante sau pentru remodelare

14. Apa de trandafiri

Există mai multe metode de preparare a apei de trandafiri, dar aceasta este cea mai populară. Este simplă și rapidă, iar rezultatul este mai mult decât mulțumitor. Nu durează mai mult de 40-45 de minute; bineînțeles, distilarea poate continua, dar apa de trandafiri obținută va fi din ce în ce mai diluată ca aromă. Se folosesc vase din sticlă termorezistentă sau din oțel inoxidabil.

Ingrediente:

1-1,5 kg petale proaspete de trandafiri

apă

cuburi de gheață, sau gheață pisată

Instrucțiuni:

În centrul unei oale mari, dotată cu un capac ce o acoperă ermetic, se așază o cărămidă termorezistentă. Peste aceasta se așază vasul din sticlă, sau din oțel. Se pun petalele în oală, îndeajuns de multe ca să ajungă la partea superioară a cărămizii. Se toarna apă cât să acopere petalele, dar să nu depășească partea superioară a cărămizii. Se pune capacul peste oală, cu fundul în sus. Se dă apa într-un clocot ușor, apoi se micșorează flacăra pentru ca lichidul doar să bolborosească. Imediat

se aşază peste capacul oalei cuburile de gheaţă provenite de la 2-3 tăviţe speciale de la congelator. Cât timp fierbe apa, aburii se ridică şi condensează pe capacul oalei (pe partea din interiorul oalei). Picăturile de condens se adună în centrul capacului şi cad în vasul aşezat pe cărămidă. La fiecare 20 de minute ridicaţi rapid capacul şi scoateţi 1-2 linguri de apă de trandafiri. Vă opriţi imediat ce apa distilată nu mai miroase puternic a trandafiri (obţineţi o cantitate între 500-800 ml apă de trandafiri).

Sau : ***Apă de trandafiri***

Reţeta: doi pumni de petale de trandafiri se acoperă cu 250 ml apă şi se lasă la macerat de seara până a doua zi dimineaţă (vasul să fie acoperit). Alţi doi pumni de petale se opăresc separat cu 250 ml apă clocotită. Se lasă să se infuzeze până ce se răceşte. Se strecoară şi se amestecă cu apa strecurată de la macerat. Se ţine la frigider. (Durează 2-3 zile.)

15. Ulei de trandafiri

Mod de preparare: se umple o sticlă cu petale de trandafir. Se toarnă deasupra untdelemn de migdale sau de măsline (presat la rece) şi se lasă la macerat, cel puţin două săptămâni, agitându-se sticla zilnic. În faza următoare, sticla - închisă cu dop - se pune să fiarbă 20 de minute pe baie de aburi. Petalele trebuie să fie sănătoase, proaspete, culese numai pe vreme caldă.

16. Uleiul de mentă

Se prepară din frunzele şi vârfurile înflorite ale plantei, recoltate în timpul amiezii, pe vreme însorită, atunci când proprietăţile terapeutice sunt potenţate la maximum. Planta se mărunţeşte, se introduce într-o sticlă fără a se îndesa, peste care se toarnă ulei de măsline, de preferat, dar se poate prepara şi cu ulei de porumb sau chiar de floarea soarelui, atât cât să acopere planta introdusă în sticlă. Sticla se ţine timp de 14 zile lângă o sursă de căldură, timp în care se agită zilnic, după care se fierbe în bain-marie timp de 30 minute pentru sterilizare, se strecoară şi se păstrează în sticle mici de culoare închisă, pentru a se păstra nealterate proprietăţile terapeutice.

17. Ulei de sunătoare

Planta crudă sau uscată se toacă mărunt şi se umple cu ea o sticlă, în care se adaugă apoi ulei de floarea-soarelui (sau un ulei cât mai gras). Sticla se pune lângă o sursă de căldură sau la soare şi se lasă la macerat. Amestecul este lăsat să macereze 10-14 zile. După trecerea termenului, uleiul şi florile din sticlă se strecoară prin tifon. Sticla se umple din nou cu alte flori proaspete, se toarnă deasupra uleiul obţinut prin strecurare şi procedeul se repetă de 3-5 ori, cât ţine sezonul de înflorire la sunătoare (iunie-septembrie). Preparatul este gata când uleiul a căpătat o culoare de roşu foarte intens. Se scurge ultima oară,

se filtrează prin tifon o dată sau de două ori (trebuie să fie limpede, fără impurități) și se păstrează la loc răcoros, în sticlute de culoare închisă.

18. Ulei de sunătoare - Rețeta 2

Flori uscate de sunătoare se mărunțesc în piuă sau cu râșnița electrică de cafea. Se pun patru linguri de sunătoare mărunțită într-un vas și se toarnă deasupra ghee (100-150 grame de unt clarificat) încins, amestecându-se apoi bine, până ce compoziția se răcește, după care se lasă vreme de 7-8 ore să se odihnească. Se pune apoi vasul în care s-a făcut amestecul la foc mic și se așteaptă până își recapătă consistența lichidă, după care se filtrează totul prin tifon, obținându-se un unguent cu tentă roșiatică, care se va păstra la frigider.

19. Preparare ulei de gălbenele

În jumătate de litru de ulei de măsline, de sâmburi de struguri, palmier, porumb sau de susan se pun 10 linguri de flori de gălbenele uscate și mărunțite. Uleiul trebuie să fie cu doua degete deasupra plantelor pentru a le acoperi în întregime (în caz contrar acestea vor prinde mușegai).

Se lasă să macereze la soare vreme de 2-4 săptămâni, după care se filtrează, iar preparatul obținut se trage într-o sticlă închisă la culoare, care se păstrează în locuri întunecoase și reci. Din ulei se poate face și un unguent, prin adăugarea de ceară de albine, amestecul topindu-se apoi pe o baie de apă. Unguentul rezultat se strecoară, se pune în cutii închise ermetic și se folosește extern.

Capitol 50. Testează-ți cunoștințele

1. Tratamentul cosmetic începe cu :

- a) Procesul de hidratare
- b) Operația de curățare
- c) Aplicarea măștii cosmetice

2. Examinarea cosmetică se realizează:

- a) În urma dialogului cu clienta
- b) După demachiere, la lumina lupei
- c) După operația de vaporizare

3. Tenul acneeic este influențat de aplicarea produselor :

- a) Nutritive, emoliente
- b) De depigmentare
- c) Antiacneice

Culoarea pielii este influențată de

:

176 | Page

- a) Starea de sănătate
- b) Hemoglobina

	c) Circulația sanguină
5.	Cele două substanțe ce redau coloritul închis și deschis al pielii, componente ale melaninei sunt :.....
6.	Ce activități se desfășoară în saloane?
7.	În sala de lucru în care se desfășoară activitatea de cosmetică avem nevoie de:
8.	Care este rolul fișei cosmetice?
9.	Care sunt funcțiile pielii?
10.	Enumerați inestetismele de natură pigmentară.
11.	Câte tipuri de inestetisme cunoașteți?
12.	Criterii de clasificare a tenului,
13.	Enumerați produsele cosmetice de bază necesare unui tratament cosmetic.
14.	Caracteristica tenului uscat este: a) Hiperfuncția glandelor sebacee b) Hipofuncția glandelor sebacee c) Activitatea intensă a glandelor sudoripare
15.	Inestetismul de natură pigmentară caracteristic clientelor cu tenul deschis este: a) Xantelasma b) Chistul sebaceu c) Efelidele
16.	Inestetismele de natură vasculară sunt reprezentate de : a) Efelide b) Cloasmă c) Nevi vasculari, eritem, cuperoză
17.	Îngrijirea tenului uscat începe cu demachierea cu un produs pe bază de: a) Săpun, gel purificator b) Emulsie demachiantă, lapte demachiant c) Loțiune cu alcool
18.	Acneea se formează pe un suport de piele.....într-un mediu și o activitate intensă a.....
19.	Sebumul secretat de în combinație cu transpirația formează.....ce protejează pielea.
20.	Hidratarea se realizează prin aplicarea produselor sub formă de : a) Creme b) Măști hidratante

176 j Page	
177 Page	
	c) Mixturi mentolate
21.	Pentru ce tip de ten este recomandat un tratament regenerant ? a) Ten uscat b) Ten acneeic c) Ten matur, îmbătrânit
22.	Ce tip de tratament se aplică pielii sensibile ? a) Purificator b) Calmant c) Regenerator
23.	Produsul de bază în procesul de curățare îl reprezintă: a) Emulsia demachiantă b) Masca c) Loțiunea degresantă
24.	Rolul peelingului keratolitic este de în vederea.....
25.	Cauza apariției pielii uscate este: a) Încetinirea activității glandelor sebacee b) Încetinirea activității glandelor sudoripare c) Hiperfuncția glandelor sebacee
26.	Rădăcinile glandelor sebacee se găsesc în: a) Hipodermă b) Dermă c) Epidermă
27.	Colagenul și elastina reprezintă structura care menține: a) Protecția pielii b) Elasticitatea c) Tonusul și elasticitatea
28.	Tenul uscat alipic este caracterizat prin : a) Surplus de lipide b) Surplus de apă c) Lipsă de lipide
29.	Foliculita este o infecție a pielii cu....., și se caracterizează prin : a) Nodul b) Pustulă centrată de un fir de păr

30. c) Eroziune
Consecința deshidratării o reprezintă.....
31. Cauzele care duc la descuamarea pielii sunt reprezentate de :
a) Lipsa de vitamine

177 | Page

- 4.
- b) Diminuarea lichidelor
- c) Lipsa peelingului
32. Punctele albe de grăsime poartă denumirea de...și se elimină cu ajutorul.....sub influența.....
33. Menționați inestetismele din jurul zonei oculare și cauzele ce le influențează.
34. Pentru tratamentul zonei oculare, produsele de bază au efect
35. Care sunt enzimele caracteristice peelingurilor enzimatice?
- a) Alge
- b) Argilă
- c) Papaya, creatină, pancreatină
36. Care sunt ingredientele unui produs de demachiere adresat tenului uscat casectic?
37. Ce produse de curățare superficială se folosesc în tratamentul tenului gras?
38. Gradul de luminozitate al pielii se obține prin aplicarea unor produse ca:
- a) Peelinguri cu AHA
- b) Peeling enzymatic
- c) Extract de pădărie, ulei de morcov presat la rece, vitamina C
39. Cum se execută vopsirea genelor și sprâncenelor? Care sunt materialele necesare pentru desfășurarea activității ?
40. Ce oxidant se folosește pentru vopsirea genelor și sprâncenelor ?
41. Fenomenul de exfoliere inclus în schema de tratament are ca scop
42. Ce reprezintă fenomenul de asfixie cutanată și cum se tratează?
43. Tenului matur îi sunt indicate produse cosmetice cu:
- a) Substanțe antiinflamatoare
- b) Ingrediente cu principii active
- c) Retinol, vitamina C, extracte placentare, vitamina E, alfa-hidroxiacizi
44. Sub influența căror factori se produce pigmentația?
45. Mixtura mentolată se folosește în schema de tratament a tenului :
- a) gras
- b) uscat

- c) acneeic
- 46. Hidratarea pielii este urmată de produse cu efect:
 - a) Astringent
 - b) Calmant
 - c) Nutritiv
- 47. Care sunt produsele de bază în procesul de curățare superficială?
- 48. Sub câte forme se prezintă comedonul?
- 49. Produsul adecvat pielii sensibile și zonelor intime este:
 - a) Ceara tradițională
 - b) Ceara gel
 - c) Ceara de unică folosință
 - d) Ceara elastică
- 50. Tratamentele cosmetice la vârsta de 20-25 de ani vizează următoarele aspecte :
 - a) Întreținerea pielii
 - b) Prevenirea ridurilor
 - c) Tratarea inestetismelor de alte origini
- 51. Factorii hormonalii influențează apariția:
 - a) Deshidratării
 - b) Gradului de alergizare
 - c) Gradului de pigmentație
- 52. Ce este cheratinizarea? și care este intervalul de timp pentru efectuarea unui tratament la un ten hipercheratinizat?
- 53. Care sunt întrebările de sănătate adresate clienței înainte de tratament?
- 54. Cum se execută extracțiile?
- 55. Ce calități trebuie să aibă o mască?
- 56. Ce produse cosmetice sunt indicate tenului cuperozic?
- 57. Cum se utilizează vapozonele?
- 58. Care este rolul vapozonei?
- 59. Care este rolul radiostat-electrodermului?
- 60. Câte tipuri de peelinguri cunoașteți?
- 61. Ce peelinguri se folosesc pentru tenul gras? Dar uscat?
- 62. Care sunt componentii unui produs cosmetic ce pot produce alergii?
- 63. Care este rolul demachiantului ?
- 64. Care este rolul loțiunii tonice? Ce conțin loțiunile?
- 65. Care este rolul peelingului?
- 66. Care este efectul masajului? În ce scop se execută masajul facial?
- 67. Care este rolul cremei cu factori de protecție?
- 68. Produsul caracteristic de bază în hidratarea tenului este și se folosește :

- a) Zilnic
 - b) De două ori pe săptămână
 - c) Ori de câte ori este nevoie
69. Menționați care sunt componentele unui produs de demachiere adresat tenului uscat.
70. Ce produse de curățare superficială se folosesc în schema de tratament adresată tenului uscat? Dar tenului gras?
71. Care sunt aspectele inestetice pe care le întâlnim la un ten matur?
72. Câte tipuri de creme cunoașteți?
73. Care sunt substanțele care intră în compoziția măștilor cosmetice? Originea lor.
74. Care sunt competențele unei cosmeticiene?
75. Care sunt pașii în vederea pensatului?
76. De câte feluri sunt aparatele folosite în cosmetică?
77. În ce scop se folosește peelingul chimic și la ce tipuri de tenuri?
78. Care sunt culorile pielii și ce pigmenți caracteristici cunoașteți?
79. Enumerați principalele ingrediente medicamentoase ce intră în compoziția produselor dermato-cosmetice adresate tenului acneeic.
80. Care sunt cele două substanțe fundamentale ce redau elasticitatea și tonusul pielii și unde se găsesc?
81. Xantelasma reprezintă un ansamblu de mici pete:
- a) Albe
 - b) Gălbui
 - c) Brune, și sunt situate în zona. .
82. La ce interval de timp se execută un tratament cosmetic tenului matur? Dar tenului gras?
83. Exemplificați schema de tratament pentru tenul pigmentat.
84. Ce ingrediente trebuie să conțină produsele cosmetice adresate tenului sensibil?
85. Care este modul de aplicare al măștilor cosmetice?
86. Care sunt procedeele de extracție a principiilor active din plante și legume?
87. Care sunt căile de penetrare a produselor în piele?
88. Ce este dermatita? Câte tipuri de dermatită cunoașteți?
89. Care sunt factorii care declanșează dermatita?
90. Care sunt principalii acizi folosiți în cosmetică?
91. Care este efectul acizilor?
92. Ce rol are retinolul în cosmetică?
93. În ce strat al pielii se găsește acidul hialuronic?
94. Dați exemple de ingrediente antiinflamatoare cu efect calmant.
95. Rolul aminoacizilor în cosmetică.
96. Care sunt efectele masajului facial?

97. Clasificați masajul facial.
98. Câte grupe de mișcări de masaj facial cunoașteți?
99. Ce mișcări de masaj se execută la un ten uscat, gras, palid?
100. Care sunt mișcările de masaj adresate zonei frontale și zonei oculare?
101. Care sunt mișcările adresate zonei decolteului și gâtului?
102. Care sunt mișcările adresate buzelor și bărbiei?
103. Care sunt mișcările adresate nasului și zonei geniene?
104. Care sunt obligațiile cosmeticienei în efectuarea masajului?
105. Când se execută corectarea sprâncenelor?
106. Care sunt produsele cosmetice și accesoriile pentru machiaj?
107. Rolul cremei de bază în machiaj.
108. Ce ustensile sunt necesare pentru efectuarea machiajului ?
109. Descrieți operațiunea de epilare cu ceară tradițională, ceară de unică folosință și ceară gel.
110. Ce tip de ceară este indicat să folosim la o piele sensibilă?
111. Ce tip de ceară este indicat să folosim pentru epilarea zonei inghinale, mustății, axilei?
112. Din ce este compusă ceara tradițională?

CAPITOL 51. Termeni de specialitate

Antiseptic - soluție sau substanță care împiedică sau previne infecțiile microbiene, împiedică putrefacția, nu permite dezvoltarea microbilor

Astringent - substanță sau produs ușor alcoolizat, a cărui folosire determină strângerea țesuturilor, ușurând cicatrizarea

Bactericid - substanță care distruge bacteriile

Bacteriostatic - substanță care împiedică înmulțirea bacteriilor, participând la reacțiile de apărare a organismului

Cicatrizant - produs ce ajută la închiderea rănilor, prin formarea de țesut conjunctiv care înlocuiește țesuturile distruse

Circulație periferică - circulația sângelui de la extremitățile corpului: mâini, picioare, nas, urechi etc.

Citotoxic - efect toxic asupra unor celule

Cutanat - acțiune ce se referă la piele

Dermatoze inflamatorii - reacții inflamatoare ale pielii

Dezinfectant - orice mijloc fizic (fierbere, raze x) sau chimic (substanțe antiseptice) de dezinfecție

Deshidratare - pierderea apei din țesuturi de către organismele vii

Descuamare - proces fiziologic prin care se înțelege dezlipirea porțiunilor epiteliale superficiale (celule cornoase ale pielii), care sunt înlocuite de elemente noi, ca urmare a diviziunii continue a stratului bazal al epidermei

Eczemă - boală a pielii produsă în urma sensibilizării organismului față de o substanță cu care a venit în contact, de obicei în mod repetat; este manifestarea alergiei la nivelul pielii

Edeme - reținerea exagerată de apă în țesuturi (creșterea cantității de lichide la nivelul unui țesut, mai adesea pielea); regiunea respectivă apare umflată și la presiunea cu degetul lasă o urmă persistentă.

Emolient - substanță medicamentoasă care înmoaie pielea, atenuând procesele inflamatorii ale mucoaselor și țesuturilor, ușurând durerile. Se administrează în special pentru bolile de piele (unguente), cataplasme, dar și intern sub formă de ceaiuri-gargară.

Emulsie - suspensie de picături de grăsime într-un lichid în care nu se dizolvă. Poate conține diferite medicamente. Emulsiile sunt folosite în cosmetică pentru loționare sau masaj (loțiuni, creme).

Epidermoliza buloasa - (EB) este o boală genetică rară, care afectează mai puțin de 200.000 de pacienți în SUA, mai puțin de 5 din 10.000 de persoane în Uniunea Europeană și sub 50.000 în Japonia. Boala se caracterizează printr-o diversitate de forme clinice, de la ușoare la foarte grave, care se manifestă prin fragilitate capilară exagerată, cu apariția de bule și eroziuni pe tegument și deseori pe mucoase, apărute în special la fricțiune, presiune, căldură etc.

Eritem - roșeață a pielii datorată unei congestii superficiale. De exemplu: arsuri obișnuite, provocate de expunerea la soare.

Foliculita - inflamație purulentă a rădăcinii părului, produsă de microbi piogeni sau ciuperci.

Fricție - procedeu mecanic exterior prin care se acționează asupra pielii unei regiuni date, fie pentru a activa circulația sanguină, fie pentru a ușura introducerea în piele a unor medicamente.

Hiperhidroza - transpirație abundentă.

Hipervitaminoza - absorbție excesivă de vitamine.

Hirsutism - creștere excesivă a pilozității de tip masculin la femei (mustață, barbă, fire de păr în jurul mameloanelor și între mamele). Tratatamentul este medical, prin eliminarea cauzei care îl provoacă.

Hemostatice - substanțe care provoacă fie o coagulare a sângelui, fie o vasoconstricție puternică, oprind astfel o hemoragie.

Hormon - produsul de secreție al glandelor endocrine, care nu au canal excretor, iar produsul lor nu se varsă direct în sânge.

Cozaminoglicanii sau mucopolizaharidele sunt heteropolizaharide care contin doua sau mai multetipuri de monozaharide.

Infecție - înmulțirea microbilor patogeni într-un organism, pe care îl îmbolnăvesc.

Inhalație - inspirarea unor vapori de apă cu esențe din anumite plante sau medicamente.

Lifting - cuvânt de origine engleză, înseamnă ridicare.

Metabolism - totalitatea proceselor fizice și chimice care stau la baza transformărilor structurale și energetice celulare. Este o însușire de bază a organismelor vii.

Peeling - descuamarea pielii (decojire). Operație dermatologică constând din îndepărtarea rapidă a stratului superficial al pielii pentru formarea unui nou strat.

Plagă (rană) - leziune la nivelul țesuturilor organismului în urma acțiunii unor factori mecanici (în special obiecte tăioase).

Produs filtrant - pentru a ne bronza bine, pielea trebuie să primească o cantitate de raze ultraviolete, celelalte raze fiind oprite. Acest rol revine produselor "filtrante" antisolare, ce se prezintă ca lapte cosmetic, uleiuri sau geluri.

Prurit - mâncărime puternică a pielii sau a unor mucoase; apare în unele boli în special cutanate (eczemă, scabie) sau generale - urticarie.

pH - logaritmul cu semn schimbat al concentrației ionilor de hidrogen dintr-o soluție. Are valori cuprinse între 0 și 14 și reprezintă gradul de aciditate sau bazicitate al unei soluții. pH7 înseamnă neutralitate, nici acidă nici alcalină, mai mic de 7 corespunde acidității, spre 14 corespunde alcalinității. Pielea acidă are pH-ul 5,2.

Seboree - secreția mare de grăsimi, datorată stării patologice a pielii (piele grasă, cu pori dilatați).

Sudorific - agent care provoacă transpirația, stimulând secreția glandelor sudoripare.

Tautomeria reprezintă proprietatea unor substanțe organice izomere de a trece cu ușurință una în alta, în anumite condiții, prin rearanjarea unor atomi sau grupe de atomi din molecula lor. De obicei, se datorează deplasării unei legături chimice duble și a unui atom de hidrogen.

Tirozinaza sau polifenol oxidaza, cu simbol: TYR, este o enzimă care catalizează oxidarea fenolilor, cum ar fi tirozina și este răspândită în plante și animale. Tirozinaza, cu codul 1.14.18.1, este o enzimă care conține cupru prezent în țesutul plantelor și al animalelor și care catalizează producția de melanină și alți pigmenti de la tirozina prin oxidare. Tirozinaza e o enzimă "cheie" în sinteza melaninei în celulele pigmentate ale vertebratelor. Reglarea, reglementarea acesteia în produsele agricole și în cele cosmetice este foarte importantă.

Tonifiant - întăritor, crescând rezistența organismului la boală sau favorizând vindecarea sa.

Topic astringent - substanță care se aplică local, extern, pe porțiuni inflamate.

Turgor - stare de ușoară tensiune a unei celule, a unui organ ori a unui țesut animal sau vegetal datorită bogăției de lichide

Bibliografia

1. Ghid cosmetic, sfaturi practice - L. COSMOVICI, L. ZISU, EDITURA MEDICALĂ 1982

2. Cosmetica: știință artă, frumusețe - LUDMILA COSMOVICI, ELENA SAMBORSCHI, L.ZISU, EDITURA MEDICALĂ 1979
 3. Cosmetica, izvor de frumusețe, tinerețe, farmec - OLIMPIA GAMULEA - LAMBERT 1992
 4. www.cosmetoterapie.ro/tag/tenul-barbatilor
 5. www.elemental.ro (recomand acest site atât pentru produsele naturale excepționale pe care le au, cât și pentru rețete)
 6. Cursurile doamnei Lector Cocos Maria (Patronatul National Roman) au fost inspirația mea pentru a scrie această carte
 7. Revista " les nouvelles estétiques & spa" , editie mai - iunie 2009
 8. Sursa <http://www.medispa.ro>
 9. Sursa <http://www.sfatulmedicului.ro>
 10. Sursa : <http://www.tpu.ro>
- Autor, Amalia Nicoleta Didiu Bucuresti, Iunie 2011
Editura Ametist COD ISBN 978-973-8080-29-4